

Меню школьного питания на 21.03.2024. МОБУ СОШ с. Михайловка

Утверждаю
Директор школы

Оленникова Н.А.

День: Понедельник
Неделя: 2

Сезон: Весенне-летний
Возраст: 7-11 лет

категория

1-4 кл.

MMC, OB3
64,44 136,98

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7

Завтрак

205	котлеты рубленные из птицы	90	13,5	19,3	13,9	286	
520	картофельное пюре	180	3,69	5,67	24,03	168,3	
285	чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28	
	Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания (для детей дошкольного и школьного возраста) с витаминами и железом	50	3	0,5	27,5	126,5	
Итого за завтрак			520	20,25	25,48	75,62	623,08

Обел

34	свекольник	200/8	1,6	4,08	10,9	86,4
388	котлеты или биточки рыбные	90	21,6	10,5	12,4	232,9
297	каша гречневая рассыпчатая	150/4	8,8	5,66	38,5	259,7
305,11	витаминизированный кисель	200			23,5	95
	Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания (для детей дошкольного и школьного возраста) с витаминами и железом	50	3	0,5	27,5	126,5
Итого за обед		714	25.92	23.58	90.12	671,3

Категория: 5-11 кл ММС, ОВЗ
Стоимость: 73,20 157,65

34	свекольник	250/10	2	5,1	13,7	108
388	котлеты или биточки рыбные	120	28,8	13,9	16,4	310,5
297	каша гречневая рассыпчатая	180/5	10,6	6,8	46,3	312
305,11	витаминизированный кисель	200			23,5	95
	Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания (для детей дошкольного и школьного возраста) с витаминами и железом	60	3,6	0,6	33	152
Итого за обед		825	45	26,4	132,9	977,5

5-11 кл родительская

Рацион: Школьное меню

Категория: плата

Стоимость 50

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Обед						
34	свекольник	250/10	2	5,1	13,7	108
388	котлеты или биточки рыбные	120	28,8	13,9	16,4	310,5
297	каша гречневая рассыпчатая	180/5	10,6	6,8	46,3	312
305,11	витаминизированный кисель	200			23,5	95
	Хлеб из пшеничной хлебопекарной муки для детского питания (для детей дошкольного и школьного возраста) с витаминами и железом	60	3,6	0,6	33	152
Итого за обед		825	45	26,4	132,9	977,5