

День 7 Неделя 2

Утверждаю

Директор МКОУ Н.П.Трифонов

Меню на 10 октября 2023 год
Питание за счет частичной компенсации



Завтрак

Наименование блюда	Масса	Масса	белки	белки	жиры	жиры	углеводы	углеводы	калории	калории
	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет
Макароны	180	250	12,78	16,1	15,90	18,5	34,65	52,3	291,87	395,1
Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, огурец соленый, помидор соленый)	70	100	0,66	1,10	0,12	0,20	2,28	3,80	13,20	22,00
Хлеб пшеничный формовой белый 1 сорт	60	60	4,80	4,80	0,92	0,92	26,20	26,20	147,60	147,60
Компот из ягод (смородина)	200	200	0,30	0,30	0,10	0,10	8,40	8,40	35,40	35,40
Итого за Завтрак	510,00	610,00	18,54	22,30	17,04	19,72	71,53	90,70	488,07	600,10

ИП Чернецкая С.Д.

шеф-повар Г.А. Коломина Г.А. Коломина