

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
 «Основная общеобразовательная школа с. Сиреники»
 689273 ЧАО, Провиденский район, села Сиреники, ул. Мандрикова, 29, тел. (факс)2-52-37
 E-mail: sireniki_school@mail.ru

Утверждаю
 Директор МБОУ «ООШ с.Сиреники»
 _____ / Я.Ю. Щуцкая. /
 « 01 » апреля 2024 г.

Циклическое меню для учащихся (11 лет и старше)

1 день

02.04.2024

№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Выход в граммах	Химический состав (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	завтрак					
6/4	ячневая молочная каша	250	9,28	10,45	33,61	264,66
1/2	бутерброд с сыром и с маслом	80	6,3	14	21	300
8/1	чай с сахаром	200	0,24	0,1	11	41
	яблоко	150	1	1	15	71
	Итого	680	16,82	25,55	80,61	676,66
	Обед					
4/1	салат из соленых огурцов	100	0,85	5,1	2,59	61,5
2/4	суп гороховый	300	9,6	10,12	33,6	224,4
5/1	котлета мясная	120	28,4	14,67	0,13	246,67
6/15	каша гречневая рассыпчатая	200	6	6,8	29,2	202
1	Хлеб пшеничный	50	3,35	0,45	19,34	132,68
8/8	компот из свежих плодов	200	0,4	0,16	17,89	77,45
	Итого	970	48,6	37,3	102,75	944,7
	ИТОГО за день	1650	65,42	62,85	183,36	1621,36