

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. /
 « 09 » апреля 2024 г.

Циклическое меню для учащихся (11 лет и старше)

5 день

10.04.2024

Завтрак						
№ рец.	Наименование дней недели, блюд завтрак	Выход в граммах	Химический состав (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
6/2	гречневая молочная каша	250	9,52	11,02	30,79	259,56
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
13/2	вафли	30	0,75	7,5	15,5	106
	Итого	560	16,81	32,62	78,29	706,56
Обед						
4/12	салат из томатов и соленых огурцов	100	1,35	5,1	4,89	73,5
2/1	щи на мясном бульоне	300	23,32	17,17	23	344,82
5/3	картофель тушеный с мясом	320	40,42	22,13	67,93	633,7
1	Хлеб пшеничный	50	3,35	0,45	19,34	132,68
8/5	компот из сухофруктов	200	0,15	0	16,4	111,8
	Итого	970	68,59	44,85	131,56	1296,5
	ИТОГО за день	1530	85,4	77,47	209,85	2003,06