

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. /
 «03» мая 2024 г.

Циклическое меню для учащихся (11 лет и старше)

5 день

08.05.2024

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
1/1	бутерброд с маслом	60	2,2	6	20	183
8/1	чай с сахаром	200	0,24	0,1	11	41
	мандарин	100	0,8	0,3	8,1	40
	Итого	610	12,76	17,42	69,89	523,56
Обед						
4/4	салат из зеленого горошка	100	3,18	5,29	7,03	99,81
2/5	суп рыбный	300	14,32	6,02	25,41	246,8
3/25	макароны отварные	200	8,3	6,32	56,4	317,4
5/7	гуляш	120	28,24	13,19	8,18	265,03
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	57,54	31,27	132,76	1173,52
	ИТОГО за день	1580	70,3	48,69	202,65	1697,08