

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. /
 « 23 » октября 2024 г.



Циклическое меню для учащихся (11 лет старше)

18 день

24.10.2024

10 день						
№ рец.	Наименование дней недели, блюд завтрак	Выход в граммах	Химический состав (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
6/6	пшениная молочная каша	250	7,12	11,08	19,03	203,46
1/1	бутерброд с маслом	60	2,2	6	20	183
8/1	чай с сахаром	200	0,24	0,1	11	41
10/1	яблоко свежее	100	0,6	0,6	14,7	70,5
	Итого	610	10,16	17,78	64,73	497,96
	Обед					
4/10	винегрет	100	1,36	6,18	8,43	95,59
2/7	суп с фрикадельками	300	14,04	11,5	22,58	248,75
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
8/8	компот из свежих плодов	200	0,4	0,16	17,89	77,45
	Итого	970	59,57	40,42	136,17	1188,17
	ИТОГО за день	1580	69,73	58,2	200,9	1686,13