

Директор МОУ «Лужбелянская основная  
общеобразовательная школа»

Р.Г.Веселова

2021 г.

Ежедневное меню основного питания

на 12 апреля 2021 года



Возрастная категория: 7-11 лет

| Прием пищи              | Наименование блюда           | Вес блюда  | Энергетическая ценность |
|-------------------------|------------------------------|------------|-------------------------|
| завтрак                 | Тутырборю с маслом           | 30/10      | 137,1                   |
|                         | Каша овсяная с маслом        | 200/5      | 223                     |
|                         | Корейский напиток с молоком  | 200        | 152                     |
|                         | Хлеб пшеничный               | 55         | 137,8                   |
| <b>Итого за завтрак</b> |                              | <b>500</b> | <b>645,9</b>            |
| обед                    | Свежая вареная курица        | 100        | 42                      |
|                         | Соус с колб и карто с птицей | 200        | 149                     |
|                         | Стружка отварная             | 80         | 172                     |
|                         | Соус крас. основной          | 50         | 70                      |
|                         | Макар. изр. - отварные       | 150        | 207                     |
|                         | Компот из яблок              | 200        | 106                     |
| <b>Итого за обед</b>    |                              | <b>890</b> | <b>709</b>              |
| <b>Итого за день:</b>   |                              |            | <b>853</b>              |

Директор МОУ «Лужбелянская основная  
общеобразовательная школа»

Р.Г.Веселова

2021 г.

Ежедневное меню основного питания

на 12 апреля 2021 года



Возрастная категория: 12 лет и старше

| Прием пищи              | Наименование блюда           | Вес блюда  | Энергетическая ценность |
|-------------------------|------------------------------|------------|-------------------------|
| завтрак                 | Тутырборю с маслом           | 40/10      | 174,4                   |
|                         | Каша овсяная с маслом        | 250/5      | 278,8                   |
|                         | Корейский напиток с молоком  | 200        | 152                     |
|                         | Хлеб пшеничный               | 45         | 106,8                   |
| <b>Итого за завтрак</b> |                              | <b>550</b> | <b>709</b>              |
| обед                    | Свежая вареная курица        | 100        | 42                      |
|                         | Соус с колб и карто с птицей | 250/25     | 178                     |
|                         | Стружка отварная             | 120        | 259,2                   |
|                         | Соус красной основой         | 50         | 70                      |
|                         | Макар. изрелые отварные      | 200        | 276                     |
|                         | Компот из яблок              | 200        | 106                     |
| <b>Итого за обед</b>    |                              | <b>995</b> | <b>719</b>              |
| <b>Итого за день:</b>   |                              |            | <b>1050,2</b>           |