

Директор МОУ «Лужбелянская основная общеобразовательная школа»

Р.Г. Веселова

26.04.2021 г.

Ежедневное меню основного питания на 26 апреля 2021 года



Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
завтрак	Творожок с маслом	30/10	137,1
	Каша овсяная с маслом	200/5	223
	Корейский салат с морковью	200	152,1
	Хлеб пшеничный	55	133,8
Итого за завтрак		500	645,9
обед	Свежая вареная курица	100	42
	Рис с капустой и курицей	200	149
	Томатная отварная	80	112
	Соус красный основной	50	70
	Макаронные изделия отварные	150	207
Итого за обед		580	580
Итого за день:		890	1225,9

Директор МОУ «Лужбелянская основная общеобразовательная школа»

Р.Г. Веселова

26.04.2021 г.

Ежедневное меню основного питания на 26 апреля 2021 года



Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
завтрак	Творожок с маслом	40/10	177,1
	Каша овсяная с маслом	250/5	278,8
	Корейский салат с морковью	200	152,1
	Хлеб пшеничный	45	106,8
Итого за завтрак		550	714,8
обед	Свежая вареная курица	100	42
	Рис с капустой и курицей	250/23	172
	Томатная отварная	120	259,2
	Соус красный основной	50	70
	Макаронные изделия отварные	200	276
Итого за обед		720	719
Итого за день:		1270	1433,8