

Ежедневное меню основного питания  
на 28.04 2021 года



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МОУ «Луцкая основная общеобразовательная школа» *Л.С.*

Возрастная категория: 7-11 лет

| Прием пищи              | Наименование блюда                        | Вес блюда  | Энергетическая ценность |
|-------------------------|---|------------|-------------------------|
| завтрак                 | Бутерброд с сыром                         | 40/5/15    | 182,4                   |
|                         | Каша рисовая с маслом                     | 200/5      | 245,3                   |
|                         | Чай с сахаром                             | 200/15     | 56                      |
|                         | груши свежие                              | 150        | 85,5                    |
|                         | Хлеб пшеничный                            | 40         | 95                      |
| <b>Итого за завтрак</b> |   | <b>670</b> | <b>664,2</b>            |
| обед                    | Свекла вареная порционная                 | 100        | 42                      |
|                         | Суп картофельный с бобовыми и с говядиной | 200/20     | 167                     |
|                         | Гуляш из говядины                         | 100        | 180                     |
|                         | Пюре картофельное                         | 150        | 163,5                   |
|                         | Кисель из концентрата                     | 200        | 156                     |
|                         | Хлеб ржаной                               | 40         | 109                     |
| <b>Итого за обед</b>    |   | <b>810</b> | <b>817,5</b>            |
| <b>Итого за день:</b>   |   |            | <b>1481,7</b>           |

Ежедневное меню основного питания  
на 28.04 2021 года



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МОУ «Луцкая основная общеобразовательная школа» *Л.С.*

Возрастная категория: 12 лет и старше

| Прием пищи              | Наименование блюда                        | Вес блюда  | Энергетическая ценность |
|-------------------------|---|------------|-------------------------|
| завтрак                 | Бутерброд с сыром                         | 40/5/15    | 182,4                   |
|                         | Каша рисовая с маслом                     | 200/5      | 245,3                   |
|                         | Чай с сахаром                             | 200/15     | 56                      |
|                         | груши свежие                              | 150        | 85,5                    |
|                         | Хлеб пшеничный                            | 40         | 95                      |
| <b>Итого за завтрак</b> |   | <b>670</b> | <b>664,2</b>            |
| обед                    | Свекла вареная порционная                 | 100        | 42                      |
|                         | Суп картофельный с бобовыми и с говядиной | 250/25     | 210                     |
|                         | Гуляш из говядины                         | 120        | 211,7                   |
|                         | Пюре картофельное                         | 200        | 186,5                   |
|                         | Кисель из концентрата                     | 200        | 156                     |
|                         | Хлеб ржаной                               | 60         | 142,8                   |
| <b>Итого за обед</b>    |   | <b>955</b> | <b>948,5</b>            |
| <b>Итого за день:</b>   |   |            | <b>1612,7</b>           |