

Директор МОУ «Лужбелянская основная общеобразовательная школа»  
Р.Г.Веселова

18.03 2021 г.

Ежедневное меню основного питания  
на 18 марта 2021 года

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	150/5	162,56
	Кисель	200	156
	Фрукты свежие	100	52
	Хлеб пшеничный	30	73
Итого за завтрак		545	625,96
обед	Крошек земляной консервированные	45	24,75
	Салат из св. капусты с говядиной	200/20	156,8
	Запеканка куриная в томате с овощами	80/40	159
	Рис отварной	200	300
	Компот из яблок	200	106
	Хлеб ржаной	50	119
Итого за обед			865,55
Итого за день:			1491,51

Директор МОУ «Лужбелянская основная общеобразовательная школа»  
Р.Г.Веселова

18.03 2021 г.

Ежедневное меню основного питания  
на 18 марта 2021 года

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	215
	Кисель	200	156
	Фрукты свежие	100	52
	Хлеб пшеничный	40	97,2
Итого за завтрак		605	702,6
обед	Крошек земляной консервированные	45	24,75
	Салат из св. капусты с говядиной	250/25	187,9
	Запеканка куриная в томате с овощами	80/40	159
	Рис отварной	220	330
	Компот из яблок	200	106
	Хлеб ржаной	50	119
Итого за обед		910	926,65
Итого за день:			1629,25