



«Утверждаю»

Директор школы

Н. И. Булыгина

Меню на 9 день

МОУ «Кадамская основная общеобразовательная школа»

« 20 » марта 2021 г.

	Наименование блюда	Выход				Энергетическая ценность, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак						
1	Каша ячневая(№302)	250	7.56	7.36	41.12	276.8
2	Бутерброд с маслом(№)	47.5	6.5	9.6	9.3	154
3	Чай с молоком (№ 686)	200	2.8	2.2	20.27	55.3
4	Яблоко свежее(№627)	150	2.85	-	12.9	90
	Итого		19.71 24%	19.16 24%	83.59 25%	576.1 25%
Обед						
1	Суп крестьянский с крупой с кур.	250/25	2.6 4.8	5.3 1.9	11.3 0.2	116.0 38
2	Рис отварной (№297)	250	4.8	8.1	29	192
	кур. отв. (№439)	75	7.01	6.5		105
3	Кисель(№648)	200	0.13	-	28.0	86
4	Хлеб пшеничный	25	1.5	0.15	10.5	50.82
5	Хлеб ржаной	27.5	1.05	0.15	8.82	42
6	Пряники	50	3.5	3.2	35	180
	Итого		26.19 34%	27.9 35%	122.8 36%	841.8 35%

Повар

М. Н. Соколова