

ГООУ "Черноотрожская СОШ" 10-дневное меню для учащихся 7-11 лет (с 02.09.2024 по 30.05.2025)

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

Характеристика питающихся: Без особенностей



№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	ккал
	Неделя 1 Вторник 17.09.2024					
	Завтрак					
54-16з	Винегрет с растительным маслом	60	0.7	5.4	4	67.1
54-12м	Плов с курицей	200	27.2	8.1	33.2	314.6
54-2гн	Чай с сахаром	150	0.1	0	4.8	20.1
Пром.	Хлеб ржаной	50	3.3	0.6	16.7	85.4
Пром.	Йогурт 2.5%	120	4.1	3	6.6	69.7
Пром.	Батон нарезной	30	2.3	0.9	15.4	78.5
	Итого за Завтрак	610	37.7	18	80.7	635.4
	Итого за день	610	37.7	18	80.7	635.4