

ГООУ "Черноотрожская СОШ" 10-дневное меню для учащихся 12-18 лет (с 02.09.2024 по 30.05.2025)

Возрастная категория: от 12 до 18 лет
Характеристика питающихся: Без особенностей



№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	ккал
	Неделя 2 Понедельник 07.10.2024					
	Завтрак					
54-8з	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1.6	10.1	9.6	135.9
54-5с	Суп из овощей с фрикадельками мясными	250	10.8	7.6	17.4	181.1
54-2хн	Компот из кураги	200	1	0.1	15.6	66.9
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3.8	0.4	24.6	117.2
Пром.	Хлеб ржаной	100	6.6	1.2	33.4	170.8
	Итого за Завтрак	700	23.8	19.4	100.6	671.9
	Итого за день	700	23.8	19.4	100.6	671.9