

ГОАУ "Черноотрожская СОШ" 10-дневное меню для учащихся 7-11 лет (03.03.2025 по 30.05.2025) сезонное



Возрастная категория: от 7 до 11 лет

Характеристика питающихся: Без особенностей

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность
		г.	г.	г.	г.	ккал
Неделя 1 Вторник 18.03.2025						
Завтрак						
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	170	9.3	7.2	40.7	264.9
54-4м	Котлета из говядины*	90	14	12.6	12.3	218.3
54-3соус	Соус красный основной*	50	1.7	4.7	3.6	62.8
54-2гн	Чай с сахаром*	200	0.4	0.1	7.4	31.9
Пром.	Батон нарезной	30	2.3	0.9	15.4	78.5
Итого за Завтрак		540	27.7	25.5	79.4	656.4
Итого за день		540	27.7	25.5	79.4	656.4

Средние показатели за период

Прием пищи	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность
Завтрак	540	27.7	25.5	79.4	656.4
Среднее значение за период	540	27.7	25.5	79.4	656.4