

ГБОУ "Черноотрожская СОШ" 10-дневное меню для учащихся 12-18 лет (с 03.03.2025 по 30.05.2025)сезонное

Возрастная категория:от 12 до 18 лет

Характеристика питающихся:Без особенностей



№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность
		г.	г.	г.	г.	ккал
	Неделя 2 Четверг 22.05.2025					
	Завтрак					
110	Суп картофельный с пельменями	250	7.8	10.3	20.2	204.3
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	0.5	0	19.8	81
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1.5	0.2	9.8	46.9
479	Сметана	30	0.7	4	1	42.5
Пром.	Пряник "с какао"	30	1.7	2	21	108.2
Пром.	Хлеб ржаной	70	4.6	0.8	23.4	119.6
	Итого за Завтрак	600	16.8	17.3	95.2	602.5
	Итого за день	600	16.8	17.3	95.2	602.5

Средние показатели за период

Прием пищи	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность
Завтрак	600	16.8	17.3	95.2	602.5
Среднее значение за период	600	16.8	17.3	95.2	602.5