

№	Рецепта	Наименование блюда		белки	жиры	углево-ды	(ккал)
		Масса	порции				
		Завтрак					
221		Омлет натуральный 159	159	13,6	4,2	36	296
		Печенье в инд упаковке 1/60	60	7,5	13,2	30,9	179
1091		Хлеб пшеничный	30	1,7	0,46	9,7	46
1091		Хлеб ржаной	30	1,83	0,36	11,97	59,1
376		Чай с лимоном 200/15/7	222	0,2	0	16	65
		Итого завтрак:	501	24,83	18,22	104,57	645,1
		Обед					
71		Помидор свежий порционно	60	0,72	0,12	2,76	15,6
96		Расоляник ленинградский	200	1,68	4,08	16,4	109
234/331		Котлета рыбная с соусом 80/20	100	16,84	20	9,28	219,2
310		Картофель отварной со сливочным маслом 150/5	155	3,77	11,1	41,4	235,65
346		Компот из апелсинов	200	0,08	0	27	108,6
1091		Хлеб пшеничный	30	1,7	0,46	9,7	46
1091		Хлеб ржаной	30	1,83	0,36	11,97	59,1
		Итого обед:	775	26,62	36,12	118,51	793,15
		Всего:	1276	51,45	54,34	223,08	1438,25

24 июня 2024г

Меню для питания детей пребывающих в ЛОЛ



Мурзин Д.Т.

Индивидуальный предприниматель



Мокина Н.В.

Директор МБОУ СОШ № 23

Утверждено