

Меню

4 Октября 2024г.

7-11

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая	155	167.03
Сыр (порциями)	10	35.65
Фрукты свежие (груша)	100	42.80
Кофейный напиток	200	89.98
Хлеб пшеничный (порционно)	40	93.76
Хлеб ржано-пшеничный (порционно)	25	48.70
ОБЕД		
Маринад овощной с томатом	60	77.91
Суп - пюре из разных овощей	230/10	97.28
Рыба, запеченная с картофелем по-русски	240	229.67
Отвар шиповника	180	48.23
Хлеб пшеничный (порционно)	40	93.76
Хлеб ржано-пшеничный (порционно)	20	38.96

Итого калорийность: 1063.73 Ккал.

Меню

4 Октября 2024г.

12-18

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая	200	184.77
Сыр (порциями)	10,67	38.04
Фрукты свежие (груша)	127,86	54.72
Кофейный напиток	200	90.26
Хлеб пшеничный (порционно)	68,46	160.47
Хлеб ржано-пшеничный (порционно)	29,62	57.70
ОБЕД		
Маринад овощной с томатом	100	128.88
Суп - пюре из разных овощей	240/10	105.29
Рыба, запеченная с картофелем по-русски	280	262.30
Отвар шиповника	200	55.84
Хлеб пшеничный (порционно)	50	117.20
Хлеб ржано-пшеничный (порционно)	30	58.44

Итого калорийность: 1313.91 Ккал.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ "ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ № 30",**
Филиппенко Оксана Анатольевна, Директор

14.10.24 05:47 (MSK)

Сертификат 8A052CD861407122F9E877C38061CD5F