

Муниципальное общеобразовательное учреждение Тушинская средняя школа имени
Ф.Е.Крайнова

Утверждаю
Директор МОУ Тушинская СШ
Т.А.Смирнова

Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 25.04.2024

Неделя: 2 Четверг 7-11 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
54-32з	Морковь в нарезке	50	0,7	0,1	3,5	16,9
54-1г	Макароны отварные	150	5,3	4,9	32,8	196,8
279-У	Тефтели "Детские" с овощами тушёнными*	60	9,4	12,4	13,1	201,5
54-19гн	Чай фруктовый с вишней, малиной и яблоками	200	0,3	0,1	1,6	8,6
Пром.	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,8
	Итого за Завтрак	500	18,7	17,8	70,7	517,6
302	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,1	3,7	31,2	186,3
103	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	5,4	5,5	15,5	133,3
54-6о	Яйцо вареное	20	2,4	2	0,1	28,3
280-У	Фрикадельки "Детские"*	90	10,1	13,2	14,2	215,7
519,01	Компот из фруктовой ягодной смеси	200	0,5	0,1	25,3	104,4
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	0,6	19,8	97,8
	Итого за Обед	710	28,8	25,1	106,1	765,8

Неделя: 2 Четверг 12-18 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
54-32з	Морковь в нарезке	60	0,8	0,1	4,1	20,2
54-1г	Макароны отварные	150	5,3	4,9	32,8	196,8
279-У	Тефтели "Детские" с овощами тушёнными*	80	12,5	16,6	17,4	268,7
377	Чай фруктовый У	200	0,6	0,2	7	32,4
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6
	Итого за Завтрак	550	23,8	22,3	90,8	658,7
302-У	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,3	8,4	40,6	275,3
103	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	6,7	6,9	19,4	166,7
54-6о	Яйцо вареное	30	3,6	3	0,2	42,4
280-У	Фрикадельки "Детские"*	90	10,1	13,2	14,2	215,7
519,01	Компот из фруктовой ягодной смеси	200	0,5	0,1	25,3	104,4
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	60	4	0,7	23,8	117,4
	Итого за Обед	810	34,2	32,3	123,5	921,9

Повар

Т.Е.Корнилина

Медсестра

А.С.Солоненко