

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

Утверждаю
Директора МОУ Тушинская СШ
Т.А.Смирнова



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 01.04.2025

Неделя: 2 Вторник 7-11 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
2,47-У	Каша пшённая молочная с маслом сливочным	200	7,1	9,7	32,3	245,5
381	Кофейный напиток	200	0,5	0,3	5,6	26,7
740.02-У	Шанежка наливная	80	8	4,5	37,1	220,8
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9
	Итого за Завтрак	500	17,1	14,7	84,8	539,9
13	Овощная нарезка*	30	0,3	0	1	5,8
81-У	Свекольник	250	5,7	7,8	12,1	141,7
391-У	Пельмени "Детские" отварные*	150	24,1	22,8	46,2	486,5
331	Соус сметано-томатный	50	1,6	4,3	3,4	59
376	Чай с сахаром	200	0,4	0,1	5,2	23,3
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	0,6	19,8	97,8
	Итого за Обед	730	35,4	35,6	87,7	814,1

Неделя: 1 Вторник 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
2,47-У	Каша пшённая молочная с маслом сливочным	250	8,9	12,2	40,4	306,8
381	Кофейный напиток	200	0,5	0,3	5,6	26,7
740.02-У	Шанежка наливная	80	8	4,5	37,1	220,8
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9
	Итого за Завтрак	550	18,9	17,2	92,9	601,2
13	Овощная нарезка*	50	0,5	0,1	1,7	9,7
81-У	Свекольник	300	6,8	9,4	14,6	170
391-У	Пельмени "Детские" отварные*	150	24,1	22,8	46,2	486,5
331	Соус сметано-томатный	50	1,6	4,3	3,4	59
376	Чай с сахаром	200	0,4	0,1	5,2	23,3
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	60	4	0,7	23,8	117,4
	Итого за Обед	810	37,4	37,4	94,9	865,9

Повар

Т.Е.Корнилина

Медсестра

А.С.Солоненко