

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



Утверждаю
Директор МОУ Тушинская СШ
Т.А.Смирнова

Меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд на 28.12.2024

Неделя: 2 Понедельник 7-11лет

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
102,20	Салат-коктейль фруктовый	100	0,7	0,3	12	53,4
377	Чай фруктовый	200	0,6	0,2	7	32,4
396	Блины со сгущенным молоком	200	15,6	13,7	87,5	535,5
	Итого за Завтрак	500	16,9	14,2	106,5	621,3
52,00	Салат из свеклы с маслом растительным	60	0,9	2,5	5,3	46,8
54-1с	Щи из свежей капусты со сметаной	200	4,7	5,6	5,7	92,2
54-1г	Макароны отварные	150	5,3	4,9	32,8	196,8
299-У	Крокеты "Детские"	90	19,3	16,9	21,3	315,1
349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0	21,6	88,1
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	0,6	19,8	97,8
	Итого за Обед	750	33,9	30,5	106,5	836,8

Неделя: 2 Понедельник 12-18 лет

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
102,20	Салат-коктейль фруктовый	120	0,8	0,4	14,3	63,7
377	Чай фруктовый У	200	0,6	0,2	7	32,4
396	Блины со сгущенным молоком	200	15,6	13,7	87,5	535,5
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3
	Итого за Завтрак	550	19,3	14,5	123,6	701,9
20,14	Салат из свеклы с маслом растительным	60	0,9	1,6	5	37,5
54-1с	Щи из свежей капусты со сметаной	250	5,8	7	7,1	115,3
54-1г	Макароны отварные	180	6,4	5,9	39,4	236,2
299-У	Крокеты "Детские"	100	21,5	18,8	23,7	350,1
349,10	Компот из смеси сухофруктов	200	0,7	0	26,8	110
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	60	4	0,7	23,8	117,4
	Итого за Обед	850	39,3	34	125,8	966,5

Повар

Т.Е.Корнилина

Медсестра

А.С.Солоненко