



Директор ЧОУ СО Частной
интегрированной школы
Е.В.Тураева

Меню приготавливаемых блюд
ЧОУ СО Частная интегрированная школа
Возрастная категория 12-16 лет

26 Апреля 2024

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	Омлет	200	17,2	26	4,2	320
	Батон с маслом	50	3,1	8,5	20,6	170,5
	Чай с сахаром	200				
Итого за завтрак:		450,00	20,30	34,50	24,80	490,50
Обед	Суп с фрикадельками	250	8,74	13,56	5,7	188
	Овощное рагу	200	3,8	8,6	18,7	170
	Котлета куриная	100	20	18	10,6	283
	Компот из с/х фруктов	200	0,6	0,1	20,1	84
	Хлеб пшеничный	30	2,2	0,2	14,7	70,2
	Хлеб ржано - пшеничный	40	2,7	0,5	15,9	79,2
	Итого за обед:		820,00	38,04	40,96	85,70
Полдник	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38
	Кекс	90	9,42	14,84	51,16	376
Итого за полдник:		290,00	9,62	14,94	60,46	420,00
Итого за день:		1560,00	67,96	90,40	170,96	1784,90

Медицинская сестра Макулова А.Н.Макулова

Повар Трифонов И. Л. Трифонова