



Утверждаю: Директор МБОУ
«Избердеевская НПДС»
Е.Н. Припадчева

МЕНЮ : на 16.06.2025г.

Возрастная категория : от 7 – 11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 1							
Завтрак :	Каша геркулесовая с маслом, сахаром	200	17,72	18,35	47,46	482,69	168
	Чай с сахаром	200	0	0	14,97	56,10	943
	Печенье	20	2,25	3,54	22,32	130,80	
	Банан	100	1,5	0,1	19,20	89	
Итого за завтрак :		520	21,47	21,99	103,95	758,59	
Обед: 13.00 – 14.00	Суп пшенный	200	4,77	4,10	19,75	134,48	204
	Мясо тушенное (курица, говядина)	90	13,71	20,02	6,10	260,44	31
	Отварные макароны с маслом	150	6,24	4,75	45,17	236,60	688
	Компот	200	0,2	0,2	22,30	110,0	859
	Хлеб	40	4,24	0,52	29,28	131,60	
	Ватрушка с повидлом	70	7,12	9,40	50,80	304,04	563
Итого за обед:		770	36,28	38,99	173,40	1176,56	
Итого за день			56,25	60,88	258,15	1846,15	