

Меню учащихся 1-4 классов МБОУ ЦО №44 на 20 июня ЛДП

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	жиры	Углеводы		
7 день							
завтрак	Рагу из кур	240	25,2	8,4	21	260,9	54-22М-2020
	Масло сливочное (порциями)	20	0,1	7,3	0,1	66,1	53-19з-2020
	Печенье	40	0,8	0	1,7	32,7	Пром.
	Кофе с молоком	200					
	Батон йодированный	20	1,6	0,2	10,1	48,3	Проом.
Итого Завтрак		520	27,7	15,9	27,8	408	
Обед	Салат из моркови и чернослива	100	0,8	0,15	10,8	47,3	54-17з-2020
	Суп картофельный с рыбой	250	8,4	2,5	14,6	114,6	54-21с-2020
	Сердце в соусе	100	24,3	13,4	4,1	234	403
	Рис припущенный	150	3,5	4,8	35	196,8	54-7г-2020
	Компот из изюма	200	0,4	0,1	18,3	75,9	54-4хн-2020
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2	0,4	11,9	58,7	Пром.
	Батон йодированный	20	1,6	0,2	10,1	48,3	Проом.
Итого Обед		850	41	21,5	104,8	775,6	
полдник	Пряник глазированный	100	4,05	10,2	34,5	250	Пром.
	Банан	350	4,5	1,5	64,2	360	Пром
	Снежок	200	5,8	5	8	100,2	Пром.
Итого Полдник		650	14,35	16,7	106,7	710,2	
Итого за день							