

Меню учащихся 1-4 классов МБОУ ЦО№44 на 24 июня ЛДП

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	жиры	Углево Ды		
9 день							
завтрак	Масло сливочное (порциями)	20	0,1	7,3	0,1	66,1	53-19з-2020
	Яблоко	250	0,5	0,5	11,8	53,3	Пром.
	Каша «Дружба»	200	5,2	11,6	25,06	226,2	54-16к-2020
	Какао с молоком	200	4,7	3,5	12,5	100,4	54-21гн-2020
	Батон йодированный	20	1,6	0,2	10,1	48,3	Пром.
	Яйцо вареное	40	4,8	4	0,3	56,6	54-60-2020
Итого Завтрак		730					
Обед	Винегрет с растительным маслом	100	0,9	7,2	5,3	89,5	54-16з-2020
	Суп лапша с курами	250	11,71	6,85	9,33	145,9	155
	Жаркое домашнему	240	24,07	22,51	20,66	381,5	54-9м-2020
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	54-1хн-2020
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2	0,4	11,9	58,7	Пром.
	Батон йодированный	20	1,6	0,2	10,1	48,3	Пром.
	Итого Обед		840	12,03	19,54	71,01	425,06
ПОЛДНИК	Печенье	100	2,3	2,9	22,3	124,7	Пром.
	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8	54-2ГН-2020
	Итого Полдник		650	3,2	3,4	110,5	535,8
Итого за день							