

ДЕНЬ 8
18.01.2023 г.

МБОУ СОШ ст.Луковской им.С.Г.Астанина

Меню бесплатного питания для учащихся 1-11 классов (завтрак)							
№ п/п	№ Рецепт	Наименование блюда	масса порции, г	белки, г	жиры, г	углевод, г	энергетическая
18.01.2023							
Завтрак							
	14/М	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1
	279/М	Котлета из говядины с соусом красным основным	90/30	10,7	11,6	12,88	198,72
	171/М	Каша гречневая рассыпчатая	150	4,35	6,32	29,69	193
	377/М	Чай с сахаром и лимоном	180/10/7	0,05	0,01	10,16	40,9
		Хлеб пшеничный	40	3,04	0,4	19,32	93
	338/М	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4
Меню бесплатного питания для учащихся детей - сирот (завтрак)							
Завтрак							
18.01.2023	14/М	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1
	279/М	Котлета из говядины с соусом красным основным	90/30	10,7	11,6	12,88	198,72
	171/М	Каша гречневая рассыпчатая	150	4,35	6,32	29,69	193
	377/М	Чай с сахаром и лимоном	180/10/7	0,05	0,01	10,16	40,9
		Хлеб пшеничный	40	3,04	0,4	19,32	93
	338/М	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4
Меню бесплатного двухразового питания для учащихся ОВЗ							
Завтрак							
18.01.2023		Выпечка в ассортименте	80	7,84	3,62	46,54	249,79
	388/М	Чай с сахаром	200	0,1		15	48,46
Обед							
	14/М	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,09
	279/М	Котлета из говядины с томатным соусом	90/30	10,7	11,6	12,88	198,72
	171/М	Каша гречневая рассыпчатая	150	4,35	6,32	29,69	193
	372/М	Чай с сахаром и лимоном	215/7	0,13	0,02	15,2	61,5
		Хлеб пшеничный	40	3,04	0,4	19,32	94
	338/М	Яблоко (фрукт)	100	0,4	0,4	9,8	44,4
Меню бесплатного двухразового питания для обучающихся из семей лиц, призванных на военную службу по частичной мобилизации							
Завтрак							
18.01.2023		Выпечка в ассортименте	80	7,84	3,62	46,54	249,79
	388/М	Чай с сахаром	200	0,1		15	48,46
Обед							
	14/М	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,09
	279/М	Котлета из говядины с томатным соусом	90/30	10,7	11,6	12,88	198,72
	171/М	Каша гречневая рассыпчатая	150	4,35	6,32	29,69	193
	372/М	Чай с сахаром и лимоном	215/7	0,13	0,02	15,2	61,5
		Хлеб пшеничный	40	3,04	0,4	19,32	94
	338/М	Яблоко (фрукт)	100	0,4	0,4	9,8	44,4

Директор

А.Н.Чумаченко

