

ДЕНЬ 1
23.01.2023 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
23.01.2023	Завтрак						
	15/М	Сыр полутвердый	15	3,9	3,92	0	50,9
	209/М	Яйцо вареное	40	5,08	4,6	0,28	62,8
	174/М	Каша молочная рисовая с сахаром, маслом сливочным	200/10/10	6,97	10,02	37,8	269,3
	377/М	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,13	0,02	15,2	61,5
		Хлеб пшеничный	40	3,04	0,4	19,32	93
Меню бесплатного питания для учащихся детей - сирот (завтрак)							
Завтрак							
23.01.2023	15/М	Сыр полутвердый	15	3,9	3,92	0	50,9
	209/М	Яйцо вареное	40	5,08	4,6	0,28	62,8
	174/М	Каша молочная рисовая с сахаром, маслом сливочным	200/10/10	6,97	10,02	37,8	269,3
	377/М	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,13	0,02	15,2	61,5
		Хлеб пшеничный	40	3,04	0,4	19,32	93
	Меню бесплатного двухразового питания для учащихся ОВЗ						
Завтрак							
23.01.2023		Выпечка в ассортименте	80	7,84	3,62	46,54	249,79
	388/М	Чай с сахаром	200	0,1		15	60,4
Обед							
	15/М	Сыр полутвердый	15	3,9	3,92	0	51,6
	209/М	Яйцо вареное	40	5,08	4,6	0,28	62,8
	174/М	Каша молочная рисовая	210	6,97	10,02	37,8	269,3
	372/М	Чай с сахаром и лимоном	215	0,13	0,02	15,2	61,5
		Хлеб пшеничный	40	3,04	0,4	19,32	94
	Меню бесплатного двухразового питания для обучающихся из семей лиц, призванных на военную службу по частичной мобилизации						
Завтрак							
26.12.2022		Выпечка в ассортименте	80	7,84	3,62	46,54	249,79
	388/М	Чай с сахаром	200	0,1		15	60,4
Обед							
	15/М	Сыр полутвердый	15	3,9	3,92	0	51,6
	209/М	Яйцо вареное	40	5,08	4,6	0,28	62,8
	174/М	Каша молочная рисовая	210	6,97	10,02	37,8	269,3
	372/М	Чай с сахаром и лимоном	215	0,13	0,02	15,2	61,5
		Хлеб пшеничный	40	3,04	0,4	19,32	94

Директор



А.Н.Чумаченко