

Директор школы МБОУ «Сакмарская СОШ  
им. Героя РФ С. Панова»  
Зеленекая Н.В.



Меню на 10.10.2024г.

Сезон: осень-зима, неделя: вторая, 9 день примерного меню

1-4 класс

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества(г)			э/ц ккал
			Б	Ж	У	
54-3з	Помидор в нарезке	60	0,7	0,1	2,3	12,8
54-3р	Котлета рыбная (минтай)	80	11,36	2,08	6,88	91,36
54-1г	Макароны отварные	200	7,2	6,53	43,73	262,4
54-35хн	Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0	19,8	80,8
ПР	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,8
ПР	Хлеб ржаной	20	1,36	0,26	7,96	39,6
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>580</b>	<b>22,2</b>	<b>9,2</b>	<b>89,2</b>	<b>528,5</b>