

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

Меню на 12.09.2024г.

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
	Итого за завтрак:	580	22,2	9,2	89,2	528,5