

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

Меню на 18.09.2024г.

Сезон: осень-зима, неделя: первая, 3 день примерного меню

1-4 класс



№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества(г)			э/ц ккал
			Б	Ж	У	
54-13з	Салат из свеклы отварной	60	0,8	2,7	4,6	45,6
54-6м	Биточек из говядины	75	13,7	13,1	12,4	221,3
54-21г	Пюре из бобовых(горох)	150	18,1	4,8	43,6	292,4
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0	6,7	27,9
ПР	**Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,8
ПР	**Хлеб ржаной	20	1,36	0,26	7,96	34,2
	Итого за завтрак:	525	36,2	21	83,6	668,5