

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
 «АКСАКОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»
 461605 Оренбургская область, Бугурусланский район, с. Аксаково, пер. Дорожный 8
 телефон: 53-1-49, e – mail: shkola-aksakowo@mail.ru



Директор школы: Утверждаю
 /В.А.Ивлиев/

МЕНЮ
 на «5» марта 2025

День 10. Возрастная категория: от 7 до 11 лет

Прием пищи	Раздел меню	№ рецептуры	Название блюда	Масса г.	Белки г.	Жиры г.	Углеводы г.	Калорийность ккал
<i>Завтрак</i>		54-2з	Огурец в нарезке	60	0.5	0.1	1.5	8.5
	Гор. блюдо	54-10г	Картофель отварной в молоке	150	4.5	5.5	26.5	173.7
		54-16м	Тефтели из говядины с рисом	60	8.7	8.8	4.9	133.1
		54-5соус	Соус молочный натуральный	20	0.7	1.5	1.9	23.8
	Гор. напиток	54-20хн	Кисель из апельсинов	200	0.4	0.1	14.3	59,8
	Хлеб бел.	Пром.	Хлеб пшеничный	45	3.4	0.4	22.1	105.5
	Хлеб черн.	Пром.	Хлеб ржаной	25	1.7	0.3	8.4	42.7
			Итого за Завтрак	560	19.7	16.7	71.9	515.2
<i>Обед</i>	Закуска	54-3з	Помидор в нарезке	60	0.7	0.1	2.3	12.8
	1 блюдо	54-3с	Рассольник Ленинградский	200	4.8	5.8	13.6	125.5
	Гарнир	54-1г	Макароны отварные	150	5.3	4.9	32.8	196.8
	2 блюдо	54-11р	Рыба тушеная с овощами (минтай)	100	13.9	7.4	6.3	147.3
	Напиток	54-45гн	Чай с сахаром	200	0.1	0	5.2	21.4
	Хлеб бел.	Пром.	Хлеб пшеничный	60	4.6	0.5	29.5	140.6
	Хлеб черн.	Пром.	Хлеб ржаной	45	3	0.5	15	76.9
			Итого за Обед	815	32.4	19.2	104.7	721.3
			Итого за день	1375	52.1	35.9	176.6	1236.5