

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



Утверждаю»
 Директор школы: /В.А.Ивлиев/

МЕНЮ
 на «4» марта 2025 года.

День 9. Возрастная категория: от 7 до 11 лет

Прием пищи	Раздел меню	№ рецептуры	Название блюда	Масса г.	Белки г.	Жиры г.	Углеводы г.	Калорийность ккал
Завтрак		54-20з	Горошек зеленый	20	0.6	0	1.2	7.4
	Гор.блюдо	54-1о	Омлет натуральный	150	12.7	18	3.2	225.5
	Гор.напиток	54-2гн	Чай с сахаром	200	0.2	0	6.4	26.8
	Фрукт	Пром.	Мандарин	140	1.1	0.3	10.5	49
	Хлеб бел.	Пром.	Хлеб пшеничный	60	4.6	0.5	29.5	140.6
	Хлеб черн.	Пром.	Хлеб ржаной	40	2.6	0.5	13.4	68.3
			Итого за Завтрак	610	21.8	19.3	64.2	517.6
Обед	Закуска	54-16з	Винегрет с растительным маслом	60	0.7	5.4	4	67.1
	1 блюдо	54-12с	Суп с рыбными консервами (горбуша)	200	7.9	3.8	12.4	115.7
	2 блюдо	54-28м	Жаркое по-домашнему из курицы	250	31	7.8	22	282
	Напиток	54-20гн	Чай с грушей и апельсином	200	0.3	0.1	1.7	9
	Хлеб черн.	Пром.	Хлеб ржаной	60	4	0.7	20	102.5
	Хлеб бел.	Пром.	Хлеб пшеничный	60	4.6	0.5	29.5	140.6
			Итого за Обед	830	48.5	18.3	89.6	716.9
		Итого за день	1440	70.3	37.6	153.8	1234.5	