

**МЕНЮ учащихся 5 – 11 классов
МКОУ «Куркинская СОШ №2»**

на «07» сентября 2021 г.

Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер рецепт уры
			Белки	Жиры	Углево ды		
Завтрак							
Каша "Дружба"	г	200	5,240	11,660	25,060	226,200	260
Бутерброд с маслом	г	15/15	1,200	12,500	7,500	147,000	94
Кофейный напиток с молоком	г	200	1,4	1,2	11,4	63	501
Бутерброд с маслом	г	15/15	1,200	12,500	7,500	147,000	94
Итого завтрак:		400,000	9,040	37,860	51,460	583,200	
Обед							
Винегрет овощной	г	100	1,290	10,760	6,770	129,480	76
Щи из свежей капусты с картофелем	г	250	2,540	6,500	8,100	99,200	142
Шницель из курицы припущенный	г	100	14,85	10,56	9,20	186,670	412
Картофельное пюре	г	180	3,780	7,920	19,620	165,600	429
Компот из смородины черной	г	200	0,300	0,100	17,200	71,000	511
Хлеб ржано-пшеничный	г	30	1,980	0,360	10,200	54,300	110
Батон нарезной	г	20	1,500	0,580	10,280	52,400	111
Полдник							
Сок абрикосовый	г	200	0,500	0,000	0,000	55,000	518
Вафли	г	150	2,52	2,97	69,57	315	588
		250	10,05	10,65	44,45	315	
Итого:			20,590	49,090	106,190	950,600	
Итого за день:							