Утверждаю:

Заместитель директора по ДО

МОБУ"СОШ " Янинский ЦО" _____ Белоусова Е.Б.

Меню на 28 марта 2025 г.

Прием пищ	Пищевые вещества			Ккал.	Наименование блюда	Выход блюда
	Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак 1						
	10,47	8,7	41,6	295	Макароны запеч. с сыром	180
	1,74	0,24	23,2	97,2	Бутерброд с маслом	40
	2,85	2,41	14,36	90,5	Кофейный напиток на молоке	180
Итого за за	15,06	11,35	79,16	482,7		400
Завтрак 2						
	0,5	0,1	9,9	43	Сок	100
Итого за за	15,56	11,45	89,06	525,7		
Обед:						
	0,43	0,05	3,94	41,3	Салат из моркови и яблок	50
	1,62	4,26	6,4	80	Суп овощной со сметаной	205
	18,6	20,9	33,2	389	Плов из филе птицы	180
	0,54	0,09	28,6	118	Компот из сухофруктов	180
	2,72	0,32	17	90	Хлеб ржаной	40
Итого за об	23,91	25,62	89,14	718,3		655
Полдник:						
	10,4	12,2	7,7	182,5	Тефтели	70
	2,7	4,7	17,7	122,7	Пюре картофельное	130
	0,1		10	40	Кефир	200
	1,98	0,23	12,08	59	Хлеб пшеничный	25
Итого за ух	2,08	0,23	22,08	99		425
Итого за д	56,61	48,65	279,44	1825,7		1580

Приятного аппетита!

Шеф Повар _____ Исачкова О.И.