

МКОУ АГО «Заринская СОШ»



Утверждаю

Руководитель _____

учреждения

(подпись)

А.А.Трофимова

(расшифровка подписи)

"15"января 2024 г.

**Ежедневное меню основного питания
на 16 января 2024 года**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Энергетическая ценность	
Завтрак	Пудинг из творога со сгущ. молоком	220	220	246,4	246,4
	Чай с сахаром	200	200	58	58
	Хлеб пш. обогащ. витаминами	80	80	188,8	188,8
Итого за завтрак:		500	500	493,2	493,2
Обед	Суп из овощей со сметаной	200	250	133,7	158,4
	Пюре картофельное	180	200	164,7	183
	Рыба запеченая в мол.соусе	100	100	84	84
	Сок	200	200	90	90
	Хлеб пш. обогащ. витаминами	30	30	70,8	70,8
	Хлеб рж.	20	20	43,2	43,2
	Яблоко	250	250	117,5	117,5
Итого за обед:		980	1050	703,9	746,9
Итого за день:		1480	1550	1197,1	1240,1



МКОУ АГО «Заринская СОШ»

Утверждаю

Руководитель _____

учреждения

(подпись)

А.А.Трофимова

(расшифровка подписи)

"12" января 2024 г.

**Ежедневное меню основного питания
на 15 января 2024 года**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Энергетическая ценность	
Завтрак	Каша ассорти (рис-греча)	200	200	172	172
	Чай с лимоном	210	210	62	62
	Хлеб пш. обогащ. витаминами	80	80	188,4	188,4
	Сыр порционный	15	15	55	55
Итого за завтрак:		505	505	477,4	477,4
Обед	Борщ со сметаной, с курой	200	250	117	138
	Рожки отварные	150	180	173	208
	Гуляш из мяса с томатным соусом	110	110	168	168
	Напиток «Витошка»	200	200	90	90
	Хлеб пш. обогащ. витаминами	30	30	71	71
	Хлеб рж.	20	20	43	43
	Йогурт	100	100	85	85
Итого за обед:		800	880	747	803
Итого за день:		1300	1380	1224,4	1280,4