




Утверждаю:
Начальник ЛДПД
А.Н. Марышина
30 марта 2023 г

МЕНЮ

на 31.03.2023 год
с 7 до 11 лет (ЛДПД)

Школа	МКОУ Ягодинская СОШ			Отд./корп		День				6
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	399/453	оладьи из печени по-кунцовски, соус томатный	150	51,76	254,8	17,84	13,57	15,27	
		237	каша гречневая рассыпчатая	150	15,21	253,05	8,55	7,84	37,08	
	гор.напиток	495	чай с молоком	200	5,72	81,00	1,50	1,30	15,90	
		105	масло сливочное	10	7,98	74,8	0,05	8,25	0,08	
	хлеб	108	хлеб пшеничный	40	2,64	94	3,04	0,32	19,68	
		590	печенье	20	4	43	0,9	0,2	8,10	
Завтрак 2		518	сок фруктово-ягодный	200	24,00	92	1	0,2	2,00	
	фрукты	112	груша	200	48,00	47,00	0,40	0,30	10,30	
	закуска	76	винегрет овощной	100	13,45	130,00	1,30	10,80	6,80	
	1 блюдо	149/169	суп картофельный с фрикадельками из говядины	200	34,96	140,08	7,81	5,46	15,21	
Обед	2 блюдо	363	мясо тушеное (свинина)	100	50,60	227,00	15,2	17,4	2,3	
	гарнир	173	картофельное пюре	150	15,58	142,50	2,85	6,15	19,05	
	сладкое	512	компот из кураги	200	11,35	81,00	0,30	0,00	20,10	
	хлеб бел.	108	хлеб пшеничный	40	2,64	94	3,04	0,32	24,60	
	хлеб черн.	110	хлеб ржано-пшеничный	40	2,68	72,40	2,64	0,48	13,60	
			112	апельсин	215	41,76	47,00	0,80	0,40	8,10
итого по рациону дня:				1580		1874	67	73	218	
стоимость детодня:					332,33					

Заведующий столовой  И.Ф. Брянцева