



СОГЛАСОВАНО
 Генеральный директор
 АНО ОО «АКАДЕМИЯ»
 И.В.Зимарева

МЕНЮ
 школа 1 - 4 классы
10.04.24

НЕДЕЛЯ 2

Приложение № 8 к СанПин 2.3/2.4.3590-20

День 8 (Среда)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, укал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША "ДРУЖБА"	200	6.2	9.9	26.6	222.6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3.3	2.4	26.6	142.2
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40	2.3	9.1	15.5	153.4
Итого за прием пищи:	440	11.8	21.5	68.8	518.2
Обед					
КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1.4	0.1	2.9	18.0
РАССОЛЬНИК	200	1.4	4.1	10.3	84.4
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	2.5	3.5	26.3	146.3
КОТЛЕТА РЫБНАЯ	80	19,3	3,7	9,1	146,3
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0.2	0.2	27.9	115.0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	80	5.3	0.7	33.9	163.2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	6.1	0.5	40.1	189.5
Итого за прием пищи:	780	27.0	19.2	141.6	847.6
Уплотнённый полдник					
БАНАН	100	1.5	0.5	21.0	96.0
КЕКС ДЕТСКИЙ	75	4.5	15.9	40.1	321.2
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	1.0	2.9	13.8	84.5
ТВОРОЖНАЯ ЗАПЕКАНКА	105	5.4	8.3	30.7	219.2
КЕФИР	200	6.0	0.2	8.0	62.0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3.8	0.3	25.1	118.4
Итого за прием пищи:	560	22.2	28.1	138.7	901.3
Всего за день:		60.9	68.7	349.0	2 267.1