



Утверждаю
директора
МБОУ Чутайской СОШ
А.В. Стрелкова
июнь 2025г

МЕНЮ

День: третий
Неделя: первая

№ рецеп туры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Энергетич еская ценность	Пищевые вещества		
				(г)		
				Б	Ж	У
Завтрак						
282	Запеканка рисовая с творогом	200	318,7	13,5	6,1	52,5
	Кисломолочный напиток "Снежок"	200	158	5,4	5	21,6
477	Кисель из апельсинов	200	102	0,4	0,2	25
	Хлеб пшеничный	50	117	3,8	0,4	24,6
	Хлеб ржано-пшеничный	30	59,4	2,04	0,39	11,94
	Итого завтрак	680	755,1	25,14	12,09	135,64
Обед						
5	Салат из капусты белокочанной и огурцов	100	71	1,3	6,1	2,8
101	Суп-харчо	250	152,84	4,97	6,19	21,3
327	Гуляш из отварного мяса	100	258	20	19,5	3,3
256	Макаронные изделия отварные	180	228,42	6,66	0,54	35,48
496	Напиток из шиповника	200	78	0,7	0,3	18,3
	Хлеб пшеничный	50	117	3,8	0,4	24,6
	Хлеб ржано-пшеничный	50	99	3,4	0,65	19,9
	Итого обед	930	1004,26	40,83	33,68	125,68
	Итого за день	1610	1759,36	65,97	45,77	261,32

Повар Сс Ф.А.Широбокова