

Утверждаю
Директор МБОУ
«Уранбашская СОШ»

А.В.Голенков

Весеннее меню

Возрастная категория: с 12 лет и старше.

Характеристика питающихся: без особенностей

Дата

22.05.2025

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белк и	Жи р ы	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	ккал
Неделя 1. Четверг						
54-14з	Салат из свеклы с курагой и изюмом	100	1.8	5.4	16.6	122.3
54-6г	Рис отварной	180	4.3	5.8	43.7	244.2
54-11р	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	100	13.9	7.4	6.3	147.3
484	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	0	0	21	83.9
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3.8	0.4	24.6	117.2
Пром.	Хлеб ржаной	50	3.3	0.6	16.7	85.4

Повар МБОУ «Уранбашская СОШ» Лопина Г.С. Лопина Г.С.