



Утверждаю

Директор МБОУ СОШ с. Ишкарово

Хасанова Г.Ф.

Меню на 05 июня 2025 года в ЛДП МБОУ СОШ с. Ишкарово (7–11 лет)

№ рецепта	Наименование изделий (блюд)	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак						
213	Макароны, запеченные с сыром	185	9,46	13,66	36,39	312,35
0	Вода питьевая	200	0,00	0,00	0,00	0,00
221	Омлет с морковью	80	5,76	9,20	2,36	115,20
414	Кофейный напиток с молоком	200	2,92	3,22	14,75	100,48
114	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25
116	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	15	0,99	0,18	5,10	27,15
	Итого за завтрак	695	20,27	26,38	65,98	590,43
Обед						
19	Салат из моркови с яблоками	60	0,56	2,33	5,51	46,10
63	Суп картофельный с бобовыми и гренками	250	8,03	4,51	33,54	208,92
118	Рагу овощное с мясом	200	16,46	18,01	16,13	290,21
538	Напиток из шиповника	200	0,70	0,30	22,80	97,00
114	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00
116	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	30	1,98	0,36	10,20	54,30
	Итого за обед	760	29,25	25,67	98,02	743,53

Повар Фаррахова А.Д.