

Меню 20.05.2022 г

Питание обучающихся старше с 7-11 лет на базе МБОУ «Есеновичская СОШ»

Завтрак	Вес порции	Энергетическая ценность Ккал
Каша пшеничная (жидкая)	200/4/7*	263,82
Кисель фруктовый	200	125,2
Вафли	50	145,83
Яблоко	100	192
обед		726,85
Рассольник петербургский со сметаной	200/10/5	134,58
Греча рассыпчатая	180/7	296,76
Мясо птицы отварное соус красный	80/50	217,19
Салат из капусты	100	89,14
Кофейный напиток с молоком	200	81,52
Хлеб ржаной	80	172
Яблоко	100	192
		1183,19

Питание обучающихся старше 11 лет на базе МБОУ «Есеновичская СОШ»

Завтрак	Вес порции	Энергетическая ценность Ккал	Вес порции (сз)	Энергетическая ценность Ккал (сз)
Каша пшеничная (жидкая)	200/4/7	263,82	200/4/7	263,82
Кисель фруктовый	200	125,2	200	125,2
Вафли	50	145,83	50	145,83
Яблоко	100	192	100	192
обед		726,85		726,85
Рассольник петербургский со сметаной	250/13/5	170,34	250/13/5	170,34
Греча рассыпчатая	180/7	296,76	180/7	296,76
Мясо птицы отварное соус красный	100/50	265,37	100/50	265,37
Салат из капусты	100	89,14	100	89,14
Кофейный напиток с молоком	200	81,52	200	81,52
Хлеб ржаной	80	172	80	172
		1075,13		1075,13

ОВЗ

Завтрак	Вес порции	Энергетическая ценность Ккал
Каша пшеничная (жидкая)	200/4/7	263,82
Кисель фруктовый	200	125,16
Вафли	99	288,73
Груша	100	144
обед		821,71
Рассольник петербургский со сметаной	250/13/5	170,34
Греча рассыпчатая	180/7	296,76
Мясо птицы отварное соус красный	100/50	265,37
Соленый огурец	45	8,55
Какао с молоком	200	147,72
Хлеб ржаной	80	172
		795,37