ГБОУ «СОШ-ДС №1 г. Магас»
Меню

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	белки	жиры	углеводы	Энергетич. ценность	№ рецептуры
понедельник	Каша рисовая с молоком и сахаром	250/5	7,7	10,00	68,9	308,6	4
	Бутерброд с маслом и сыром	50/15/20	13,78	12,64	60,11	394,35	3
	Какао с молоком	200	3,52	3,72	25,49	145,2	959
		540	25	26,36	154,5	848,15	
Вторник	Каша мол. С молоком и с сахаром, геркулес	220/5/5/	5,6	7,8	22,9	182,1	93
	Яйцо	1	5,1	4,6	0,3	63	424
	Хлеб с маслом	50/15	2,03	14,0	0,44	129,1	№рец
	Чай	200	0,20	0,0	14	28	943
		645	12,93	21	37,64	402,2	
Среда	Каша манная с маслом и сахаром	200/25/5	6,24	6,10	19,7	158,64	390
	Бутерброд с маслом	50/15	2,03	8,6	0,44	129,1	3
	Какао с молоком	200	3,52	3,72	25,49	145,2	959
	Яйцо	1/50	5,1	4,6	0,3	63	424
		545	16,89	23,02	45,93	541,87	
Четверг	Сосиски отварные/гречка отварная с маслом/подлива	70/150	8,32	16,0	16,96	179	536/302
	Фрукты	100					
	Хлеб с маслом	50/15	2,03	8,6	0,44	129,1	3
	Чай	200	0,20	0,0	14	28	943
		605	22,48	106	105,69	1182,73	
Пятница	Каша рисовая с молоком и сахаром	250/5	7,7	10,00	68,9	308,6	4
	Бутерброд с маслом и сыром	50/15/20	13,78	12,64	60,11	394,35	3
	Какао с молоком	200	3,52	3,72	25,49	145,2	959
	Сок и печенье	180	1,0	0,2	20,20	92,0	399
			26	26,56	174,7	940,15	