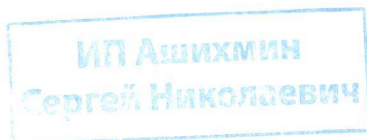


«Согласовано»



Директор СОШ _____

Подпись _____

 Меню на « 14 » марта 2024

Возрастная категория 7-11 лет

Завтрак

Здесь

Наименование блюда	Вес блюда, г р	белки	жиры	углеводы	Энерг. ценн.	№ рецептуры
Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев «Геркулес» с маслом сливочным	210	7,04	10,42	19,12	193,64	173
Сыр (порциями)	15	3,48	4,43	0,00	54,60	15
Батон пшеничный в/с	60	4,74	0,60	28,98	140,28	к/к
Печенье затяжное	20	0,38	1,08	6,41	35,27	к/к
Напиток кофейный на молоке	200	3,6	2,67	29,20	155,20	379
Итого за завтрак	505	19,24	19,20	83,71	578,99	

Обед

Наименование блюда	Вес блюда	белки	жиры	углеводы	Энерг. ценн.	№ рецептуры
Щи из квашеной капусты с картофелем и сметаной	210	1,31	2,22	5,02	65,20	92
Кура отварная	10	2,11	1,36	0,00	20,67	288
Котлеты, биточки, шницели с соусом №332	90	12,00	10,64	11,66	172,12	268/332
Капуста тушеная	150	2,78	6,48	34,52	213,53	321
Томаты свежие порционно	60	2,16	4,04	1,01	48,79	71
Компот из свежих яблок	200	0,20	0,20	22,30	110,00	342
Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	46,76	к/к
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	к/к
Итого за обед	780	24,38	25,58	103,93	769,03	

Завед. производством

Отв. за питание



«Согласовано»

Директор СОШ _____

Подпись _____

Меню на « 14 » апреля 2023г

Возрастная категория с 12 лет и старше

Завтрак

	Наименование блюда	Вес блюда, гр	белки	жиры	углеводы	Энерг. ценн.	№ рецепт уры	
	Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев «Геркулес» с маслом сливочным	260	10,29	14,18	27,39	271,49	173	
	Сыр (порциями)	15	3,48	4,43	0,00	54,60	15	
	Батон пшеничный в/с	60	4,74	0,60	28,98	140,28	к/к	
	Печенье затяжное	20	0,38	1,08	6,41	35,27	к/к	
	Напиток кофейный на молоке	200	3,6	2,67	29,20	155,20	379	
	Итого за завтрак	555,00	22,49	22,96	91,98	656,84		

Обед

	Наименование блюда	Вес блюда	белки	жиры	углеводы	Энерг. ценн.	№ рецепт уры	
	Щи из квашеной капусты с картофелем и сметаной	260	1,64	4,92	6,27	81,50	92	
	Кура отварная	10	2,11	1,36	0,00	20,67	288	
	Котлеты, биточки, шницели с соусом №332	100	13,58	10,58	12,96	198,12	268/332	
	Капуста тушеная	200	3,71	8,64	46,03	265,20	321	
	Томаты свежие порционно	60	2,16	4,04	1,01	48,79	71	
	Компот из свежих яблок	200	0,20	0,20	22,30	110,00	342	
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	46,76	к/к	
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	к/к	
	Итого за обед	890	27,22	30,38	117,98	863		

зав. производством _____

Отв. за питание _____