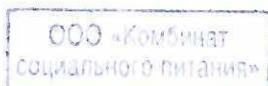


Ср1

«Согласовано»



Директор МБОУ СОШ № 12

Подпись Моложен СВ

Меню на « 18 » декабря 2024г

Возрастная категория 7-11 лет

Завтрак

здесь

| Наименование блюда | Вес блюда, г | белки | жиры | углеводы | Энерг. ценн. | № рецептуры |
|---|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------|
| Каша молочная из риса и пшена «Дружба» с маслом сливочным | 210 | 10,44 | 13,54 | 15,33 | 221,10 | 175 |
| Батон пшеничный в/с | 60 | 4,74 | 0,60 | 28,98 | 140,28 | к/к |
| Печенье затяжное | 30 | 0,57 | 1,62 | 9,62 | 124,35 | к/к |
| Напиток из плодов шиповника | 200 | 0,68 | 0,28 | 17,98 | 77,12 | 8 |
| Итого за завтрак | 500 | 16,43 | 16,04 | 71,91 | 562,85 | |

Обед

| Наименование блюда | Вес блюда | белки | жиры | углеводы | Энерг. ценн. | № рецептуры |
|------------------------------|---------------|--------------|--------------|---------------|---------------|-------------|
| Борщ с капустой и картофелем | 200 | 1,45 | 3,93 | 10,19 | 82,00 | 82 |
| Кура отварная | 10 | 2,11 | 1,36 | 0,00 | 20,67 | 288 |
| Суп с макаронными изделиями | 210 | 1,90 | 4,06 | 10,40 | 93,60 | 111 |
| Плов из птицы | 200 | 18,12 | 17,736 | 42,00 | 411,55 | 291 |
| Салат из моркови с яблоками | 60 | 0,65 | 0,11 | 5,17 | 24,24 | 14,57 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,20 | 0,00 | 14,00 | 28,00 | 376 |
| 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 | 730,00 | 26,35 | 23,77 | 100,78 | 705,18 | |

Повар-бригадир:

Моложен СВ

«Согласовано»
Директор МБОУ СОШ № 12

Подпись Молоченко

Меню на « 18 » декабря 2024г

Возрастная категория с 12 лет и старше

Завтрак

здесь

| | Наименование блюда | Вес блюда, гр | белки | жиры | углеводы | Энерг. ценн. | № рецептуры | |
|--|---|---------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------|--|
| | Каша молочная из риса и пшена «Дружба» с маслом сливочным | 260 | 12,93 | 16,76 | 20,36 | 273,75 | 175 | |
| | Батон пшеничный в/с | 60 | 4,74 | 0,60 | 28,98 | 140,28 | к/к | |
| | Печенье затяжное | 30 | 0,57 | 1,62 | 9,62 | 124,35 | к/к | |
| | Напиток из плодов шиповника | 200 | 0,68 | 0,28 | 17,98 | 77,12 | 8 | |
| | Итого за завтрак | 550 | 18,91 | 19,26 | 76,94 | 615,50 | | |

Обед

| | Наименование блюда | Вес блюда | белки | жиры | углеводы | Энерг. ценн. | № рецептуры | |
|--|------------------------------|------------|--------------|--------------|---------------|---------------|-------------|--|
| | Борщ с капустой и картофелем | 250 | 1,81 | 4,91 | 12,74 | 99,12 | 82 | |
| | Кура отварная | 10 | 2,11 | 1,36 | 0,00 | 20,67 | 288 | |
| | Суп с макаронными изделиями | 260 | 1,90 | 4,06 | 10,40 | 93,60 | 111 | |
| | Плов из птицы | 250 | 19,05 | 20,58 | 52,50 | 489,94 | 291 | |
| | Салат из моркови с яблоками | 100 | 1,08 | 0,18 | 8,62 | 40,40 | 14,57 | |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,20 | 0,00 | 14,00 | 28,00 | 376 | |
| | 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 | 870 | 28,07 | 27,67 | 117,28 | 816,85 | | |

подпись-инициалы

Молоченко О.В.