
Директор МБОУ СОШ № 12Подпись Морозов СВМеню на «26» февраля 2024гВозрастная категория 7-11 лет 2025**Завтрак**


| Наименование блюда | Вес блюда, г | белки | жиры | углеводы | Энерг. ценн. | № рецептуры |
|---------------------------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------|
| Каша вязкая молочная рисовая с маслом | 260 | 13,08 | 19,13 | 28,78 | 332,30 | 174 |
| Чай с сахаром и лимоном | 200 | 0,13 | 0,02 | 10,25 | 41,68 | 377 |
| Джем/Повидло | 30 | 0,15 | 0 | 21,48 | 86,52 | к/к |
| Батон пшеничный в/с | 60 | 4,74 | 0,60 | 28,98 | 140,28 | к/к |
| Итого за завтрак | 550 | 18,10 | 19,75 | 89,49 | 600,78 | |

Обед

| Наименование блюда | Вес блюда | белки | жиры | углеводы | Энерг. ценн. | № рецептуры |
|------------------------------------|------------|--------------|--------------|---------------|---------------|-------------|
| Суп картофельный | 250 | 2,34 | 2,83 | 16,64 | 101,25 | 97 |
| Рыба отварная | 20 | 3,51 | 0,48 | 0,06 | 18,50 | 226 |
| Суп картоф.с рыбными фрикадельками | 220 | 1,50 | 2,20 | 13,60 | 84,80 | 106 |
| Бефстроганов из курицы | 100 | 11,84 | 13,47 | 5,97 | 189,50 | 290 |
| Пюре картофельное | 200 | 4,08 | 6,40 | 27,27 | 183,00 | 312 |
| Салат из отварной свеклы | 100 | 1,43 | 6,08 | 8,37 | 93,90 | 52 |
| Напиток цитрусовый | 200 | 0,18 | 0,02 | 27,46 | 94,58 | 436 |
| 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 | 23,65 | 23,97 | 104,14 | 707,00 | |

Повар-бригадир:



 Млышова О.П.

Меню на « 26 » февраля 2024г
 Возрастная категория с 12 лет и старше

Завтрак

| | Наименование блюда | Вес блюда, гр | белки | жиры | углеводы | Энерг. ценн. | № рецепт уры |
|--|--|---------------------|--------------|--------------|--------------|-----------------|--------------------|
| | Каша вязкая молочная рисовая с маслом | 210 | 10,46 | 15,30 | 23,02 | 265,87 | 174 |
| | Чай с сахаром и лимоном | 200 | 0,13 | 0,02 | 10,25 | 41,68 | 377 |
| | Джем/Повидло | 30 | 0,15 | 0 | 21,48 | 86,52 | к/к |
| | Батон пшеничный в/с | 60 | 4,74 | 0,60 | 28,98 | 140,28 | к/к |
| | Итого за завтрак | 500 | 15,48 | 15,92 | 83,73 | 534,35 | |

Обед

| | Наименование блюда | Вес блюда | белки | жиры | углеводы | Энерг. ценн. | № рецепт уры |
|--|--|--------------|--------------|--------------|---------------|-----------------|--------------------|
| | Суп картофельный | 200 | 1,87 | 2,26 | 13,31 | 81 | 97 |
| | Рыба отварная | 20 | 3,51 | 0,48 | 0,06 | 18,50 | 226 |
| | Суп картоф. с рыбными фрикадельками | 270 | 1,50 | 2,20 | 13,60 | 84,80 | 106 |
| | Бефстроганов из кури | 90 | 10,35 | 12,12 | 5,36 | 170,58 | 290 |
| | Пюре картофельное | 150 | 3,06 | 4,80 | 20,45 | 137,25 | 312 |
| | Салат из отварной свеклы | 60 | 0,86 | 3,65 | 8,08 | 66,37 | 52 |
| | Напиток цитрусовый | 200 | 0,18 | 0,02 | 27,46 | 94,58 | 436 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1,58 | 0,20 | 9,66 | 46,76 | к/к |
| | Итого за обед | 780 | 23,65 | 23,97 | 104,14 | 707,00 | |

Ирина Федорова

Мамин СВ