

Директор МБОУ СОШ № _____

Подпись _____

Меню на « 02 » апреля 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 кури	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:



Директор МБОУ СОШ № _____

Подпись _____


Меню на « 02 » Августа 2024г
 Возрастная категория с 12 лет и старше 2025

Завтрак

	Наименование блюда	Вес блюда, гр	белки	жиры	углеводы	Энерг. ценн.	№ рецептур
	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.	№ рецептур
	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	

 Полар. Буртеев