

СОГЛАСОВАНО
Директор
МБОУ СОШ (ООШ) № _____



МЕНЮ

Возрастная категория: дети 7-11 лет

Месяц _____ число _____ 2024 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
ДЕНЬ 6	Бутерброд с сыром и маслом	40	5,70	10,40	8,00	148,10	65
ЗАВТРАК	Каша пшенная молочная (жидкая)	200	7,50	7,40	35,70	239,60	235
	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40,00	459
	Хлеб ржаной	20	1,60	0,30	8,10	41,40	574
	Кондитерские изделия (печенье)	20	1,50	2,00	14,90	83,00	582
	Фрукты (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	112
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		580	17,0	20,60	86,00	599,1	
ОБЕД	Овощи соленные (помидор) нарезка	60	0,66	0,06	2,10	12,00	107
	Рассольник ленинградский	250	2,05	5,25	16,25	121,30	134
	Макароны отварные	150	5,65	0,67	29,04	145,00	291
	Сердце под соусом	105	17,10	13,10	4,10	203,30	262/330
	Чай с сахаром с лимоном	200	0,10	0,00	15,20	61,00	494
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50	108
	Хлеб ржаной	50	3,25	0,60	16,70	87,00	109
ИТОГО ЗА ОБЕД		865	32,61	20,08	107,99	747,1	
ПОЛДНИК	Котлета куриная запеченная в тесте	100	11,18	7,16	28,91	221,80	412/539
	Сок (томатный)	200	1,00	0,10	0,10	36,00	п/п
	Фрукты (груша)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	112
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		400	12,58	7,66	38,81	304,8	

Зав. производством _____