Утверждаю

Директор школы Мешкова Т.П.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

18.09.2024г.

Возрастная категория: 7-11 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 1 День 3							
Завтрак	Рис отварной	100	2,4	3,2	24,3	135,7	54-6г
	Котлета из говядины	90	16,4	15,7	14,8	265,7	54-4м
	Соус красный основной	50	1,6	1,2	4,5	35,3	54-3соус
	Чай с сахаром	200	0,1	0	5,2	21,4	54-45гн
	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6	Пром.
	Хлеб ржаной	40	2,6	0,5	13,4	68,3	Пром.
Итого за завтрак		540	27,7	21,1	91,7	667	
Второй завтрак							
Итого за второй завтрак							
Обед							

Утверждаю

Директор школы Мешкова Т.П.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
18.09.2024г.

Возрастная категория: 12 лет и старше

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 1 День 3							
Завтрак	Котлета из говядины	100	18,2	17,4	16,4	295,2	54-4м
	Рис отварной	200	4,8	6,4	48,6	271,4	54-6г
	Соус красный основной	50	1,6	1,2	4,5	35,3	54-3соус
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	54-1хн
	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,8	Пром.
Итого за завтрак		590	28,1	25,3	109	776,7	
Второй завтрак	Апельсин	100	0,9	0,2	8,1	37,8	Пром.
Итого за второй завтрак		100	0,9	0,2	8,1	37,8	
Обед							