

Утверждаю
 Директор школы Мешкова Т.П.



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
14.03.2024г.

Возрастная категория: 12 лет и старше

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 5 День 10							
Завтрак	<u>Макароны отварные с маслом сливочным</u>	<u>200</u>	<u>3</u>	<u>5</u>	<u>24,85</u>	<u>160,3</u>	<u>15</u>
	<u>Бефстроганов из курицы</u>	<u>120</u>	<u>10</u>	<u>7</u>	<u>28,57</u>	<u>297,7</u>	<u>50</u>
	<u>Чай с сахаром и лимоном</u>	<u>200</u>	<u>0,13</u>	<u>0,02</u>	<u>15,2</u>	<u>62</u>	<u>32</u>
	<u>Зефир</u>	<u>50</u>	<u>1,2</u>	<u>1,45</u>	<u>19,8</u>	<u>139</u>	<u>ГОСТ24901-2014</u>
	<u>Хлеб пшеничный</u>	<u>40</u>	<u>1,2</u>	<u>0,4</u>	<u>1,1</u>	<u>20</u>	<u>ГОСТ 26983-2015</u>
Итого за завтрак							
Второй завтрак	<u>Вафли</u>	<u>180</u>	<u>1,2</u>	<u>1,45</u>	<u>21</u>	<u>108</u>	<u>ГОСТ24901-2014</u>
Итого за второй завтрак		<u>180</u>	<u>1,2</u>	<u>1,45</u>	<u>21</u>	<u>108</u>	
Обед							
