Утверждаю

Директор школы Мешкова Т.П.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

11.03.2024г.

Возрастная категория: 7-11 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 2 День 1							
Завтрак	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,3	35,9	233,7	54-4г
	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	40	3	0,3	19,7	93,8	Пром.
Итого за завтрак		530	29,3	23,5	80,1	649,9	
Второй завтрак	Апельсин	70	0,9	0,2	8,1	37,8	Пром
Итого за второй завтрак		100	0,9	0,2	8,1	37,8	
Обед							

Утверждаю

Директор школы Мешкова Т.П.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
11.03.2024г.

Возрастная категория: 12 лет и старше

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 3 День 7							
Завтрак	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сл.	200	5,2	8	12,84	104,1	10
	Котлета натуральная из мяса гов.	100	13,19	13	11,13	260,71	14
	Соус красный основной	50	1,3	2,4	13,2	34	25
	Чай с сахаром	200	1,36		22,02	96,19	33
	Хлеб пшеничный	40	1,2	0,4	1,1	22	ГОСТ26983-2015
	Зефир	25	1,2	1,45	21	108	ГОСТ24901-2014
Итого за завтрак		615	23,45	25,25	81,29	625	
Второй завтрак	Апельсин	110	1,2	1,45	19,8	139	ГОСТ 24901-2014
Итого за второй завтрак							
Обед							