Утверждаю

Директор школы Мешкова Т.П.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

20.05.2024г.

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	Яблоко	120	0,5	0,5	11,8	53,3	Пром
Итого за второй завтрак		120	0,5	0,5	11,8	53,3	
Обед							

Утверждаю

Директор школы _____ Мешкова Т.П.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
20.05.2024г.

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	Яблоко	150	5,8	0	21,36	103	ГОСТ 24901-2014
Итого за второй завтрак		150	5,8	0	21,36	103	
Обед							