Утверждаю

Директор школы _____ Мешкова Т.П.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

18.03.2024г.

Возрастная категория: 7-11 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 1 День 1							
Завтрак	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,3	35,9	233,7	54-4г
	Гуляш из говядины	90	15,3	14,9	3,5	208,9	54-2м
	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8	54-2гн
	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,8	Пром.
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4	Пром.
Итого за завтрак		580	27,1	21,9	75,3	607,6	
Второй завтрак	Зефир	70	0,2	0	23,9	97	Пром.
Итого за второй завтрак		70	0,2	0	23,9	97	Пром.
Обед							

Утверждаю

Директор школы _____ Мешкова Т.П.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
18.03.2024г.

Возрастная категория: 12 лет и старше

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 4 День 1							
Завтрак	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сл.	200	15,5	16,01	32,84	215	10
	Гуляш из мяса кур	100	6	17,09	29,66	285	31
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,6	0	3,1	40	32
	Хлеб пшеничный	40	1,2	0,4	1,1	24	ГОСТ26983-2015
	Апельсин	100	7,1	0,45	32	105	ТР ТС021/2011
Итого за завтрак		640	30,4	33,95	98,7	669	
Второй завтрак	зефир	100	1,1	1,45	1,2	70	ГОСТ24901-2014
Итого за второй завтрак		100	1,1	1,45	1,2	70	
Обед							