Утверждаю

Директор школы Мешкова Т.П.

# ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
30.09.2024г.

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

| Приём пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | белки | жиры | углеводы | | |
| Неделя 1 День 1 | | | | | | | |
| Завтрак | Каша гречневая рассыпчатая с маслом сл. | 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 | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| Итого за второй завтрак | | | | | | | |
| Обед | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |

Утверждаю

Директор школы _____ Мешкова Т.П.

# ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

30.09.2024г.

Возрастная категория: от 12 до 18 лет

| Приём пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | белки | жиры | углеводы | | |
| Неделя 1 День 1 | | | | | | | |
| Завтрак | Каша гречневая рассыпчатая с маслом сл. | 200 | 11,0 | 8,5 | 47,9 | 311,6 | 54-4г |
| | Гуляш из говядины | 100 | 17,0 | 16,5 | 3,9 | 232,1 | 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 | | 640 | 31,6 | 25,7 | 87,7 | 708,7 | |
| Второй завтрак | Яблоко | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 44,4 | Пром. |
| | | | | | | | |
| Итого за второй завтрак | | | | | | | |
| Обед | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |