Утверждаю

Директор школы _____ Мешкова Т.П.

# ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
16.11.2024г.

Возрастная категория: 12 лет и старше

| Приём пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | белки | жиры | углеводы | | |
| Неделя 2 День 6 | | | | | | | |
| Завтрак | Рыба тушеная в томате с овощами(минтай) | 100 | 13,9 | 7,4 | 6,3 | 147,3 | 54-11р |
| | Горошница | 200 | 19,3 | 1,8 | 45 | 273,1 | 54-21г |
| | Соус основной красный | 60 | 2 | 1,5 | 5,3 | 42,4 | 54-3соус |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3 | 0,3 | 19,7 | 93,8 | Пром. |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 6,4 | 26,8 | 54-2гн |
| | Апельсин | 100 | 0,9 | 0,2 | 8,1 | 37,8 | Пром. |
| Итого за завтрак | | 700 | 39,3 | 11,2 | 90,8 | 621,2 | |
| Второй завтрак | Апельсин | 140 | 0,9 | 0,2 | 8,1 | 37,8 | Пром. |
| | | | | | | | |
| Итого за второй завтрак | | 140 | 0,9 | 0,2 | 8,1 | 37,8 | Пром. |
| Обед | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |