

Утверждаю
Директор МБОУ «СОШ №4»
_____ Е.А.Волгунцева

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
14.12.2024г.

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 1 День 11							
Возрастная категория 12-17 лет							
Завтрак	<u>Капуста тушеная с мясом кур</u>	<u>150</u>	<u>16,5</u>	<u>16,5</u>	<u>10</u>	<u>254,6</u>	<u>54-10 м</u>
	<u>Компот из смеси сухофруктов</u>	<u>200</u>	<u>0,4</u>	<u>0</u>	<u>19,8</u>	<u>80,8</u>	<u>54-35хн</u>
	<u>Фрукт</u>	<u>150</u>	<u>2,3</u>	<u>0,8</u>	<u>31,5</u>	<u>141,8</u>	<u>пром</u>
	<u>Хлеб ржаной</u>	<u>30</u>	<u>2</u>	<u>0,4</u>	<u>10</u>	<u>51,2</u>	<u>пром</u>
	<u>Хлеб пшеничный йодированный</u>	<u>30</u>	<u>2,3</u>	<u>0,2</u>	<u>14,8</u>	<u>70,3</u>	<u>пром</u>
Итого за завтрак		<u>560</u>	<u>23,5</u>	<u>17,9</u>	<u>86,1</u>	<u>598,7</u>	