

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

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
 24.02.2025г.**

| Приём пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|---|------------------------------|-------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------|-------------|
| | | | белки | жиры | углеводы | | |
| Возрастная категория 7-11 лет | | | | | | | |
| Неделя | | | | | | | |
| Завтрак | Макароны отварные | 100 | 3,5 | 3,3 | 21,9 | 131,2 | 54,1г |
| | Бефстроганов из мяса кур | 72 | 16,3 | 10,7 | 1,6 | 167,8 | 50 |
| | Чай с лимоном и сахаром | 200 | 0,2 | 0,1 | 6,6 | 27,9 | 54-3гн |
| | Фрукт | 150 | 2,3 | 0,8 | 31,5 | 141,8 | пром |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,3 | 0,2 | 14,8 | 70,3 | пром |
| Итого за завтрак | | 552 | 24,6 | 15,1 | 76,4 | 539 | |
| Второй завтрак | Сок абрикосовый | 250 | 1,3 | 0 | 31,8 | 132 | |
| | | | | | | | |
| Итого за второй завтрак | | 250 | 1,3 | 0 | 31,8 | 132 | |
| Возрастная категория 12 лет и старше | | | | | | | |
| Завтрак | Макароны отварные | 150 | 5,3 | 4,9 | 32,8 | 196,8 | 54-1г |
| | Бефстроганов из мяса | 75 | 11,2 | 11,6 | 1,8 | 156,9 | 50 |
| | Чай с лимоном и сахаром | 250 | 0,3 | 0,1 | 8,3 | 34,9 | 54-3гн |
| | Хлеб пшеничный | 75 | 5,7 | 0,6 | 36,9 | 175,8 | пром |
| Итого за завтрак | | 550 | 22,5 | 17,2 | 79,8 | 564,4 | |
| Обед | Сыр твердых сортов в нарезке | 30 | 7 | 8,9 | 0 | 107,5 | №54-1з |
| | Суп гороховый | 250 | 8,2 | 3,5 | 18,7 | 138,7 | №54-25с |
| | Картофель отварной в молоке | 250 | 7,5 | 9,2 | 44,2 | 289,4 | №54-10г |
| | Тефтели из говядины с рисом | 70 | 10,1 | 10,2 | 5,7 | 155,3 | №54-16м |
| | Соус красный основной | 50 | 1,6 | 1,2 | 4,5 | 35,3 | №54-3соус |
| | Хлеб пшеничный | 100 | 7,6 | 0,8 | 49,2 | 234,4 | пром |
| | Чай с сахаром | 250 | 0,2 | 0,1 | 8 | 33,5 | №54-2гн |
| Итого за обед | | 1010 | 44,5 | 36,8 | 130,3 | 1029,9 | |