

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

### ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

01.10.2024г.

Возрастная категория: 7 лет и старше

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя День2							
Завтрак	<u>Каша гречневая</u>	<u>100</u>	<u>5,5</u>	<u>4,2</u>	<u>24</u>	<u>155,8</u>	<u>54-4Г</u>
	<u>Гуляш из кур</u>	<u>100</u>	<u>20,1</u>	<u>10,3</u>	<u>0,9</u>	<u>176,7</u>	<u>51</u>
	<u>Компот из св яблок</u>	<u>200</u>	<u>0,2</u>	<u>0,1</u>	<u>9,9</u>	<u>41,6</u>	<u>54-32ХН</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 пшеничный</u>	<u>40</u>	<u>3</u>	<u>0,3</u>	<u>19,7</u>	<u>93,8</u>	<u>пром</u>
Итого за завтрак		<u>590</u>				<u>609,7</u>	
Второй завтрак							
	<u>Сок абрикос</u>	<u>250</u>	<u>1,3</u>	<u>0</u>	<u>31,8</u>	<u>132</u>	<u>пром</u>
Итого за второй завтрак							
Обед	<u>Салат из моркови и яблока</u>	<u>100</u>	<u>0,9</u>	<u>10,2</u>	<u>7,1</u>	<u>123,8</u>	<u>№54-11з</u>
	<u>Борщ с фасолью</u>	<u>250</u>	<u>3,9</u>	<u>6,4</u>	<u>15,4</u>	<u>134,4</u>	<u>№54-19с</u>
	<u>Картоф тушен с мясом</u>	<u>250</u>	<u>15,1</u>	<u>23,5</u>	<u>30,6</u>	<u>394,7</u>	<u>№52</u>
	<u>Яйцо отвар</u>	<u>40</u>	<u>4,8</u>	<u>4</u>	<u>0,3</u>	<u>56,6</u>	<u>№54-6о</u>
	<u>Хлеб пшеничный</u>	<u>50</u>	<u>3,8</u>	<u>0,4</u>	<u>24,6</u>	<u>117,2</u>	<u>пром</u>
	<u>сок</u>	<u>250</u>	<u>1,3</u>	<u>0</u>	<u>31,8</u>	<u>132</u>	<u>пром</u>