

Утверждаю
 Директор МБОУ «СОШ4»
 _____ Е.А.Волгунцева.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

04.09.2024г.

Возрастная категория: 7 лет и старше

| Приём пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------|-------------------------------|------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------|----------------------------|
| | | | белки | жиры | углеводы | | |
| Неделя День3 | | | | | | | |
| Завтрак | <u>Макароны отв</u> | <u>100</u> | <u>3,5</u> | <u>3,3</u> | <u>21,9</u> | <u>131,2</u> | <u>54-1Г</u> |
| | <u>Котлеты из говядины</u> | <u>70</u> | <u>12,8</u> | <u>12,2</u> | <u>11,5</u> | <u>206,7</u> | <u>54-4М</u> |
| | <u>Компот из сухофруктов</u> | <u>200</u> | <u>0,5</u> | <u>0</u> | <u>19,8</u> | <u>81</u> | <u>54-1ХН</u> |
| | <u>Фрукт</u> | <u>100</u> | <u>0,4</u> | <u>0,4</u> | <u>9,8</u> | <u>44,4</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>510</u> | | | | | |
| Второй завтрак | | | | | | | |
| | <u>Кондитерское изд вафли</u> | <u>30</u> | <u>0,2</u> | <u>0,2</u> | <u>10</u> | <u>70</u> | <u>Гост249 01-2014</u> |
| Итого за второй завтрак | | | | | | | |
| Обед | <u>венгрет</u> | <u>100</u> | <u>1,4</u> | <u>5,45</u> | <u>18,8</u> | <u>50,2</u> | <u>№11</u> |
| | <u>Суп пшен с курицей</u> | <u>250</u> | <u>3</u> | <u>8,62</u> | <u>10,92</u> | <u>250</u> | <u>№37</u> |
| | <u>Бефстрогон из кур</u> | <u>100</u> | <u>12,3</u> | <u>8</u> | <u>30</u> | <u>227,8</u> | <u>№50</u> |
| | <u>Макарон отв</u> | <u>180</u> | <u>7,36</u> | <u>6</u> | <u>20</u> | <u>250</u> | <u>№15</u> |
| | <u>Хлеб пшеничный</u> | <u>40</u> | <u>1,2</u> | <u>0,4</u> | <u>1,1</u> | <u>24</u> | <u>пром</u> |
| | <u>Компот из св яблок</u> | <u>200</u> | <u>0,16</u> | <u>0,16</u> | <u>27,88</u> | <u>43</u> | <u>№13</u> |
| | <u>печенье</u> | <u>50</u> | <u>0,2</u> | <u>0,2</u> | <u>10</u> | <u>70</u> | <u>Гост249 01-2014</u> |
| | | | | | | | |