

Утверждаю  
Директор МБОУ «СОШ -4 »

\_\_\_\_\_ Е.А.Волгунцева.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

12.03.2024г.

Возрастная категория: 7 лет и старше

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя День 7							
Завтрак	<u>Капуста тушеная</u>	<u>150</u>	<u>12,6</u>	<u>6,2</u>	<u>7,8</u>	<u>137,2</u>	<u>54,27м</u>
	<u>кисель</u>	<u>200</u>	<u>0,1</u>	<u>0</u>	<u>14</u>	<u>56,8</u>	<u>54-25хн</u>
	<u>банан</u>	<u>260</u>	<u>3,9</u>	<u>1,3</u>	<u>54,6</u>	<u>245,7</u>	<u>пром</u>
	<u>Хлеб пшен</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>650</u>	<u>19,6</u>	<u>7,8</u>	<u>96,1</u>	<u>533,5</u>	
Второй завтрак							
	<u>Кондитерское изд печенье</u>	<u>150</u>					
Итого за второй завтрак							
Обед	<u>Винегрет овощной</u>	<u>100</u>	<u>1,4</u>	<u>1,81</u>	<u>28,8</u>	<u>52,2</u>	<u>№11</u>
	<u>Рассольник Ленинградский</u>	<u>250</u>	<u>3</u>	<u>5,29</u>	<u>31,98</u>	<u>334,2</u>	<u>№18</u>
	<u>Тушеные овощи с кур</u>	<u>200</u>	<u>23,2</u> <u>5</u>	<u>22</u>	<u>40,43</u>	<u>309,6</u>	<u>№77</u>
	<u>Сок</u>	<u>200</u>	<u>0,6</u>	<u>0</u>	<u>25,4</u>	<u>94</u>	<u>№61</u>
	<u>Вафли</u>	<u>50</u>	<u>1,2</u>	<u>1,45</u>	<u>21</u>	<u>98</u>	<u>ГОСТ</u> <u>24901-</u> <u>2014</u>
	<u>Хлеб пшен</u>	<u>40</u>	<u>3</u>	<u>0,3</u>	<u>19,7</u>	<u>93,8</u>	<u>пром</u>