

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

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

18.03.2024г.

Возрастная категория: 7 лет и старше

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя День 1							
Завтрак	<u>Сыр твердых сортов</u>	<u>25</u>	<u>5,8</u>	<u>7,4</u>	<u>0</u>	<u>89,6</u>	<u>54-1з</u>
	<u>Каша молочная пшеничная</u>	<u>180</u>	<u>7,5</u>	<u>9,1</u>	<u>33,9</u>	<u>247,4</u>	<u>54-6к</u>
	<u>Яйцо вареное</u>	<u>90</u>	<u>10,7</u>	<u>9,1</u>	<u>0,6</u>	<u>127,2</u>	<u>54-6о</u>
	<u>Какао с молоком</u>	<u>200</u>	<u>4,7</u>	<u>3,5</u>	<u>12,5</u>	<u>100,4</u>	<u>54-21гн</u>
	<u>Хлеб ржаной</u>	<u>20</u>	<u>1,3</u>	<u>0,2</u>	<u>6,7</u>	<u>34,2</u>	<u>пром</u>
	<u>яблоко</u>	<u>125</u>	<u>1,1</u>	<u>0,3</u>	<u>10,1</u>	<u>47,3</u>	<u>пром</u>
Итого за завтрак		<u>640</u>				<u>646,1</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>Салат из моркови</u>	<u>100</u>	<u>0,84</u>	<u>3,43</u>	<u>18,8</u>	<u>91</u>	<u>№56</u>
	<u>Борщ с фасолью с кур картофель тушеная с кур</u>	<u>250</u>	<u>3,3</u>	<u>8</u>	<u>30</u>	<u>347</u>	<u>№1</u>
	<u>Сок фруктовый</u>	<u>200</u>	<u>0,13</u>	<u>0,02</u>	<u>15,2</u>	<u>62</u>	<u>№61</u>
	<u>Хлеб пшеничный</u>	<u>40</u>	<u>2,84</u>	<u>0,4</u>	<u>22,3</u>	<u>127,4</u>	<u>пром</u>
	<u>зефир</u>	<u>50</u>	<u>0,2</u>	<u>0,2</u>	<u>10</u>	<u>70</u>	<u>Гост249 01-2014</u>