

Утверждаю  
Директор МБОУ «СОШ-4»  
\_\_\_\_\_ Е.А.Волгунцева.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ  
18.09.2024г.

Возрастная категория: 7 лет и старше

| Приём пищи              | Наименование блюда            | Вес блюда  | Пищевые вещества |             |              | Энергетическая ценность | № рецептуры                |
|-------------------------|-------------------------------|------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------|----------------------------|
|                         |                               |            | белки            | жиры        | углеводы     |                         |                            |
| Неделя<br>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<br/>01-2014</u> |
| Итого за второй завтрак |                               |            |                  |             |              |                         |                            |
| Обед                    | <u>венигрет</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<br/>01-2014</u> |
|                         |                               |            |                  |             |              |                         |                            |