

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

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

19.03.2024г.

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 говядины</u>	<u>70</u>	<u>11,9</u>	<u>11,6</u>	<u>2,7</u>	<u>162,5</u>	<u>54-2М</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>145</u>	<u>2,2</u>	<u>0,7</u>	<u>30,5</u>	<u>137</u>	<u>пром</u>
	<u>Хлеб пшеничный</u>	<u>60</u>	<u>4,6</u>	<u>0,5</u>	<u>29,5</u>	<u>140,6</u>	<u>пром</u>
Итого за завтрак		<u>575</u>				<u>637,5</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 витаминный</u>	<u>100</u>	<u>1,2</u>	<u>4,25</u>	<u>12,1</u>	<u>93</u>	<u>№7</u>
	<u>Суп рисовый с курицей</u>	<u>250</u>	<u>2,47</u>	<u>10</u>	<u>15,48</u>	<u>316</u>	<u>№28</u>
	<u>Рыба тушеная</u>	<u>100</u>	<u>13</u>	<u>10,2</u>	<u>28,9</u>	<u>213</u>	<u>№5</u>
	<u>Соус красный основной</u>	<u>50</u>	<u>1,3</u>	<u>2,4</u>	<u>14,2</u>	<u>50</u>	<u>№22</u>
	<u>Хлеб пшеничный</u>	<u>40</u>	<u>4,6</u>	<u>0,5</u>	<u>29,5</u>	<u>140,6</u>	<u>пром</u>
	<u>Пюре горох</u>	<u>180</u>	<u>12</u>	<u>7,2</u>	<u>36,7</u>	<u>81</u>	<u>№4</u>
	<u>Кисель</u>	<u>200</u>	<u>1,36</u>	<u>-</u>	<u>22,02</u>	<u>106,19</u>	<u>№9</u>
	<u>вафли</u>	<u>50</u>	<u>0,2</u>	<u>0,2</u>	<u>10</u>	<u>70</u>	<u>Гост249 01-2014</u>