

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

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
7.02.2024г.

Возрастная категория: 7-11 лет

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>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 01-2014</u>