


ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

01.02.2024г.

Возрастная категория: 7-11 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 2 День 9							
Завтрак	Горошница, соус сметанный	200	7,95	3,76	34,76	232,67	51-г, 54-4с-с
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,2	0,1	6,6	27,9	54-3гн
	Хлеб пшеничный	40	3,4	0,4	21,1	105,5	промыш
	Тефтели с мясом рисом	100	7,2	14	6,1	112,2	54-14р
Итого за завтрак		540	19,15	18,66	78,14	522,67	
Второй завтрак	Булка Малышок	50	3,4	6,22	30	79,8	
	Чай с\с	100	0,1	0	3,2	12,7	54-3гн
Итого за второй завтрак		150	3,5	6,22	33,2	92,5	

Директор СОШ №7

 С.В.Милова

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

01.02.2024г.

Возрастная категория: 12 лет и старше

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 2 День 9							
Завтрак	Горошница, соус сметанный	180	14,95	3,76	34,76	252,67	51-2, 54-4с-с
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,2	0,1	6,6	27,9	54-3гн
	Хлеб пшеничный	70	3,4	0,4	21,1	145,5	промыш
	Котлета рыбная любительская	100	12,9	14	6,1	122,	54-14р
Итого за завтрак		550	31,45	18,26	68,56	548,27	
Второй завтрак	Курник сл теста с куриным мясом	40	1,2	1,45	24	108	
	Чай с\с	100	0,1	0,05	3,3	13,95	54-2гн
Итого за второй завтрак		140	1,3	1,5	27,3	121,95	
Обед	Салат капусты с морковью	60	1	6,1	5,8	81,5	54-8з
	Суп картофельный с горохом	250	5,5	7,06	19,9	196	54-8с
	Плов из мяса кур	225	21,7	18,1	48,2	324,6	54-16мр
	Компот из с\ф	200	0,5	0	19,8	81	54-1хн
	Хлеб пшеничный	80	3,4	0,4	21,1	145,5	промыш
Итого за обед		815	32,1	31,66	114,8	826,6	