

Утверждаю
 Директор МБОУ «СОШ № 117»
 И.В. Долгова



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
13 09 2024г

Возрастная категория: 12 лет и старше

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 2 День 10	Рыба тушеная в томатном соусе	100	8,2	11,36	23	180	№ 5
Завтрак	Пюре гороховое	200	15,07	11,27	25	196	№ 4
	Соус красный основной	50	1,3	2,4	14,2	98	№ 25
	Хлеб пшеничный	40	1,2	0,4	1,1	24	Гост 26983-2015
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	№ 33
	Апельсин	100	0,2	0,2	10	119	Трпе 021/2011
Итого за завтрак		<u>690</u>	<u>26,04</u>	<u>25,65</u>	<u>88,3</u>	<u>677</u>	
Второй завтрак	Сок	200	0,6	0	25,4	94	№ 61
	Итого за второй завтрак		<u>200</u>	<u>0,6</u>	<u>0</u>	<u>25,4</u>	<u>94</u>
Обед	Салат из свеклы отварной	100	2,74	3	8,8	69,5	№ 41
	Суп с рыбными консервами	250	9,75	10,5	30	298,5	№ 29
	Картофель тушеный с говядиной	200	12,99	13	36	396	№ 52
	Кисель	200	0	0	24,6	91	№ 384
	Хлеб пшеничный	40	1,2	0,4	1,1	24	Гост 26983-2015
	Печенье	50	1,2	1,45	40	70	Гост 24901-2014
	Итого за обед		<u>840</u>	<u>27,88</u>	<u>28,35</u>	<u>140,5</u>	<u>949</u>