

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



**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
12 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 9							
Завтрак	<u>Плов из отварного мяса</u>	<u>210</u>	<u>3</u>	<u>22,97</u>	<u>15,14</u>	<u>437</u>	<u>№ 16</u>
	<u>Компот из смеси сухофруктов</u>	<u>200</u>	<u>0,6</u>	<u>0</u>	<u>21,4</u>	<u>91</u>	<u>№ 35</u>
	<u>Яблоко</u>	<u>100</u>	<u>5,8</u>	<u>0</u>	<u>21,36</u>	<u>103</u>	<u>Трмс 021/2011</u>
	<u>Хлеб пшеничный</u>	<u>40</u>	<u>1,2</u>	<u>0,4</u>	<u>1,1</u>	<u>20</u>	<u>Гост 26983-2015</u>
<b>Итого за завтрак</b>		<b><u>550</u></b>	<b><u>10,6</u></b>	<b><u>23,37</u></b>	<b><u>59</u></b>	<b><u>651</u></b>	
Второй завтрак	<u>Сок фруктовый</u>	<u>200</u>	<u>1</u>	<u>0,2</u>	<u>20,2</u>	<u>86,6</u>	<u>Гост32104-2013</u>
<b>Итого за второй завтрак</b>		<b><u>200</u></b>	<b><u>1</u></b>	<b><u>0,2</u></b>	<b><u>20,2</u></b>	<b><u>86,6</u></b>	
Обед	<u>Салат из белокочанной капусты с морковью</u>	<u>100</u>	<u>1,46</u>	<u>9,54</u>	<u>16,8</u>	<u>67</u>	<u>№ 19</u>
	<u>Суп гороховый с курицей</u>	<u>250</u>	<u>8,5</u>	<u>5,3</u>	<u>25</u>	<u>194,1</u>	<u>№ 27</u>
	<u>Бефстроганов из курицы</u>	<u>100</u>	<u>7</u>	<u>7,2</u>	<u>31,66</u>	<u>350,9</u>	<u>№ 50</u>
	<u>Макароны отварные с маслом сливочным</u>	<u>200</u>	<u>23</u>	<u>6</u>	<u>45,9</u>	<u>145</u>	<u>№ 15</u>
	<u>Чай с сахаром и лимоном</u>	<u>200</u>	<u>0,13</u>	<u>0,02</u>	<u>11,2</u>	<u>62</u>	<u>№ 32</u>
	<u>Хлеб пшеничный</u>	<u>40</u>	<u>1,2</u>	<u>0,4</u>	<u>1,1</u>	<u>24</u>	<u>Гост 26983-2015</u>
	<u>Печенье</u>	<u>50</u>	<u>1,2</u>	<u>1,45</u>	<u>37</u>	<u>108</u>	<u>Гост 24901-2014</u>
<b>Итого за обед</b>		<b><u>940</u></b>	<b><u>42,49</u></b>	<b><u>29,91</u></b>	<b><u>168,66</u></b>	<b><u>951</u></b>	