

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



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

09 09 2024г.

Возрастная категория: 7-11 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 2 День 6							
Завтрак	Яйцо вареное	60	4,8	4	0,3	56,6	№54-6о
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,3	35,9	233,7	№ 54-4
	Котлета натуральная из мяса	90	12,8	12,2	11,5	206,7	№ 54-4м
	Соус красный основной	50	1,6	1,2	4,5	35,3	№ 54-3с
	Компот из яблок с лимоном	180	0,2	0,2	9,9	42	№ 54-34хн
	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,8	Гост 26983- 2015
Итого за завтрак		530	30,6	24,2	81,8	668,1	
Второй завтрак	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	86,6	Гост 32104- 2013
		200	1	0,2	20,2	86,6	
Итого за второй завтрак							
Обед	Салат из моркови и яблок	60	0,5	6,1	4,3	74,3	№54-11
	Суп из овощей	200	1,4	1,9	8,1	55,5	№54-26с
	Горошница	160	15,4	1,4	36	218,5	№ 54-21г
	Рыба тушеная в томате с овощами	100	13,9	7,4	6,3	147,3	№54-11р
	Кисель	200	0,1	0	14	56,8	№ 54-25хн
	Апельсин	130	1,2	0,3	10,5	49,1	Трсс 021/2011
	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6	Гост 26983- 2015
Итого за обед		910	37,1	17,6	108,7	742,1	