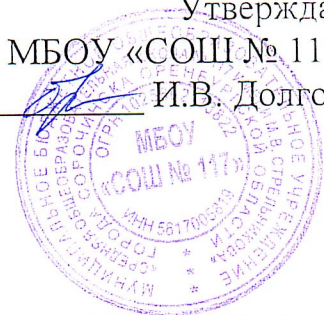


Утверждаю
 Директор МБОУ «СОШ № 117»
 И.В. Долгова



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

13 11 2024г.

Возрастная категория: 7-11 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 1 День 3							
Завтрак	Макароны отварные	100	3,5	3,3	21,9	131,2	54-1г
	Гуляш из говядины	80	13,6	13,2	3,1	185,7	54-2м
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	54-1хн
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4	Тртс 021/2011
	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,8	Гост 26987-86
	Итого за завтрак	520	21	17,2	74,3	536,1	
Второй завтрак	Сок абрикосовый	250	1,3	0	31,8	132	Гост 32104-2013
	Итого за второй завтрак	250	1,3	2	31,8	132	
Обед	Салат из свеклы отварной	100	1,3	4,5	7,6	76,1	54-13з
	Щи из свежей капусты со сметаной	150	3,5	4,2	4,3	69,2	54-1с
	Плов из отварной говядины	150	11,5	11,1	28,9	261,2	54-11м
	Чай без сахара	200	0,2	0	0,1	1,4	54-1гн
	Апельсин	210	1,9	0,4	17	79,4	Тртс 121/2011
	Хлеб пшеничный йодированный	100	7,6	0,8	49,2	234,4	Гост 26987-86
	Итого за обед	910	26	21	107,1	721,7	