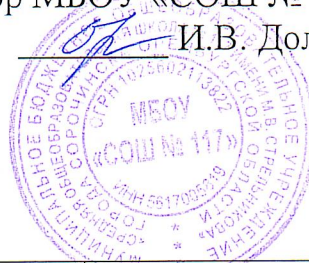


Утверждаю  
 Директор МБОУ «СОШ № 117»  
 И.В. Долгова



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

14 11 2024г.

Возрастная категория: 7-11 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 1 День 4	<u>Рис с овощами</u>	<u>150</u>	<u>3,2</u>	<u>5,7</u>	<u>26</u>	<u>167,8</u>	<u>54-26г</u>
Завтрак	<u>Биточки из говядины</u>	<u>50</u>	<u>9.1</u>	<u>8.7</u>	<u>8.2</u>	<u>147.6</u>	<u>54-6м</u>
	<u>Компот из смеси сухофруктов</u>	<u>200</u>	<u>0.4</u>	<u>0</u>	<u>19.8</u>	<u>80.8</u>	<u>54-35хн</u>
	<u>Хлеб пшеничный йодированный</u>	<u>30</u>	<u>2.3</u>	<u>0.2</u>	<u>14.8</u>	<u>70.3</u>	<u>Гост 26987-86</u>
	<u>Апельсин</u>	<u>150</u>	<u>1.4</u>	<u>0.3</u>	<u>12.2</u>	<u>56.7</u>	<u>Тргс 021/2011</u>
<u>Итого за завтрак</u>		<u>580</u>	<u>16,4</u>	<u>14,9</u>	<u>81</u>	<u>523,2</u>	
Второй завтрак	<u>Сок абрикосовый</u>	<u>250</u>	<u>1,3</u>	<u>0</u>	<u>31,8</u>	<u>132</u>	<u>Гост 32104-2013</u>
<u>Итого за второй завтрак</u>		<u>250</u>	<u>1,3</u>	<u>0</u>	<u>31,8</u>	<u>132</u>	
Обед	<u>Салат из капусты с овощами</u>	<u>100</u>	<u>2.8</u>	<u>6.7</u>	<u>2.8</u>	<u>83.3</u>	<u>54-10з</u>
	<u>Суп с рыбными консервами(сайра)</u>	<u>150</u>	<u>4.4</u>	<u>5.1</u>	<u>9.4</u>	<u>101</u>	<u>54-27с</u>
	<u>Каша перловая рассыпчатая</u>	<u>150</u>	<u>4.4</u>	<u>5.3</u>	<u>30.5</u>	<u>187.1</u>	<u>54-5г</u>
	<u>Бефстроганов из мяса кур</u>	<u>100</u>	<u>22.6</u>	<u>14.9</u>	<u>2.2</u>	<u>233.1</u>	<u>50</u>
	<u>Компот из яблок с лимоном</u>	<u>190</u>	<u>0.2</u>	<u>0.2</u>	<u>10.5</u>	<u>44.3</u>	<u>54-34хн</u>
	<u>Хлеб ржаной</u>	<u>100</u>	<u>6.6</u>	<u>1.2</u>	<u>33.4</u>	<u>170.8</u>	<u>Гост26987-83</u>
	<u>Апельсин</u>	<u>100</u>	<u>0.9</u>	<u>0.2</u>	<u>8.1</u>	<u>37.8</u>	<u>Тргс 021/2011</u>
<u>Итого за обед</u>		<u>890</u>	<u>41,9</u>	<u>33,6</u>	<u>96,9</u>	<u>857,4</u>	