

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



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
18 11 2024г

Возрастная категория: 12 лет и старше

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 2 День 6	<u>Макароны отварные</u>	100	3,5	3,3	21,9	131,2	54-1г
Завтрак	<u>Бефстроганов из мяса кур</u>	100	15	15,5	2,4	209,3	50
	<u>Чай с лимоном сахаром</u>	150	0,2	0	5	20,9	54-3гн
	<u>Банан</u>	200	3	1	42	189	Трпс 021/2011
	<u>Хлеб пшеничный</u>	30	2,3	0,2	14,8	70,3	Гост 26987-86
Итого за завтрак		<u>580</u>	<u>24</u>	<u>20</u>	<u>86,1</u>	<u>620,7</u>	
Второй завтрак	<u>Сок фруктовый</u>	250	1,3	0	31,8	132	Гост32104-2013
	Итого за второй завтрак		<u>250</u>	<u>1,3</u>	<u>0</u>	<u>31,8</u>	<u>132</u>
Обед	<u>Сыр твердых сортов в нарезке</u>	30	7	8,9	0	107,5	54-1з
	<u>Яйцо вареное</u>	40	4,8	4	0,3	56,6	54-6о
	<u>Суп гороховый (вариант 2)</u>	250	8,2	3,5	18,78	138,7	54-25с
	<u>Картофель отварной в молоке</u>	250	7,5	9,2	44,2	289,4	54-10г
	<u>Тефтели из говядины с рисом</u>	70	10,1	10,2	5,7	155,3	54-16м
	<u>Соус красный основной</u>	50	1,6	1,2	4,5	35,3	54-3соус
	<u>Чай с сахаром</u>	250	0,2	0,1	8	33,5	54-2гн
	<u>Хлеб пшеничный йодированный</u>	100	7,6	0,8	49,2	234,4	Гост 26987-86
	Итого за обед		<u>1040</u>	<u>47</u>	<u>37,9</u>	<u>130,6</u>	<u>1050,7</u>