

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



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
19 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 7							
Завтрак	Плов из булгура с курицей	200	19.7	8.7	38.8	312.3	54-15м
	Компот из смеси сухофруктов	200	0.4	0	19.8	80.8	54-35хн
	Хлеб пшеничный	40	3	0.3	19.7	93.8	Гост 26987-86
	Банан	115	1.7	0.6	24.2	108.7	Тргс 021/2011
	Итого за завтрак	555	24.8	9.6	102.5	595.6	
Второй завтрак	Сок фруктовый	250	1.3	0	31.8	132	Гост32104-2013
	Итого за второй завтрак	250	1.3	0	31.8	132	
Обед	Сыр твердых сортов в нарезке	30	7	8.9	0	107.5	54-1з
	Салат из белокочанной капусты	100	2.5	10.1	10.4	143	54-7з
	Суп овощной с фрикадельками мясными	250	10.8	7.6	17.4	181.1	54-5с
	Каша пшеничная рассыпчатая	150	6.4	6.5	35.5	225.8	54-12г
	Бефстроганов из мяса кур	100	22.6	14.9	2.2	233.1	50
	Чай с сахаром (вариант 2)	200	0.1	0	5.2	21.4	54-45гн
	Хлеб ржаной	100	6.6	1.2	33.4	170.8	Гост 26987-83
	Яблоко	110	0.4	0.4	10.8	48.8	Тргс 021/2011
Итого за обед	1040	56.4	49.6	114.9	1131.5		