

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



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

20 11 2024г.

Возрастная категория: 7-11 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 2 День 8	<u>Каша гречневая рассыпчатая</u>	100	5,5	4,2	24	155,8	54-4г
Завтрак	<u>Котлета из говядины</u>	75	13,7	13	12,3	221,4	54-4м
	<u>Компот из свежих яблок</u>	180	0,1	0,1	8,9	37,4	54-32хн
	<u>Яблоко</u>	115	0,5	0,5	11,3	51,1	Тргс 021/2011
	<u>Хлеб пшеничный йодированный</u>	30	2,3	0,2	14,8	70,3	Гост 26987-86
Итого за завтрак		500	22,1	18	71,3	536	
Второй завтрак	<u>Сок фруктовый</u>	250	1,3	0	31,8	132	Гост 32104-2013
		250	1,3	0	31,8	132	
Итого за второй завтрак							
Обед	<u>Салат из белокочанной капусты с морковью</u>	100	1,6	10,1	9,6	135,9	54-8з
	<u>Суп крестьянский с крупой (перловая)</u>	150	3,8	4,3	8,1	86,7	54-10с
	<u>Рагу из курицы</u>	150	15,7	5,3	13,1	163	54-22м
	<u>Сок яблочный</u>	200	1	0,2	20,2	86,6	Гост 32104-2013
	<u>Хлеб пшеничный йодированный</u>	80	6,1	0,6	39,4	187,5	Гост 26987-86
	<u>Апельсин</u>	210	1,9	0,4	17	79,4	Тргс 021/2011
Итого за обед		890	30,1	20,9	107,4	739,1	