

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



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ  
 22 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 10	Рыба тушеная в томатном соусе (минтай)	150	20,8	11,1	9,4	220,9	54-11р
Завтрак	Горошница	100	9,6	0,9	22,5	136,6	54-21г
	Соус красный основной	30	1	0,7	2,7	21,2	54-3соус
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	Госн 26987-86
	Чай с сахаром	150	0,1	0	4,8	20,1	54-2гн
	Яблоко	230	0,9	0,9	22,5	102,1	Тргс 021/2011
Итого за завтрак		<b>690</b>	<b>34,7</b>	<b>13,8</b>	<b>76,7</b>	<b>571,2</b>	
Второй завтрак	Сок абрикосовый	250	1,3	0	31,8	132	Гост 32104- 2013
		<b>250</b>	<b>1,3</b>	<b>0</b>	<b>31,8</b>	<b>132</b>	
Итого за второй завтрак							
Обед	Салат из свеклы отварной	100	1,3	4,5	7,6	76,1	54-13з
	Суп с рыбными консервами	250	9,9	4,8	15,5	144,6	54-12с
	Картофель тушеный с говядиной	200	13,8	21,7	28,2	363,1	52
	Яйцо вареное	40	4,8	4	0,3	56,6	54-6о
	Компот	180	0,3	0	17,8	72,7	54-35хн
	Хлеб пшеничный	100	6,6	1,2	33,4	170,8	Гост 26987-86
	Яблоко	140	0,6	0,6	13,7	62,2	Тргс 021/2011
	Итого за обед		<b>1040</b>	<b>37,3</b>	<b>36,8</b>	<b>116,5</b>	<b>946,1</b>