

УТВЕРЖДАЮ  
ИП Кондратьева А.В.

СОГЛАСОВАНО  
Директор МБОУ СОШ

Можинова С.В.

МЕНЮ

Возрастная категория: 7-11 лет

Школа

МБОУ СОШ

Отд./корп

Дата:

06.11.2024

| Прием пищи | № рец.   | Наименование блюда            | Выход, г    | Энергет.ценно<br>сть (ккал) | Белки, г     | Жиры, г      | Углеводы, г   |
|------------|----------|-------------------------------|-------------|-----------------------------|--------------|--------------|---------------|
| Завтрак    | 260/2013 | Каша "Дружба" молочная        | 185         | 431,00                      | 5,26         | 11,66        | 25,06         |
|            | 554      | Булочка "Выборская"           | 50          | 72,80                       | 4,64         | 5,90         | 0,00          |
|            | 201      | Хлеб                          | 25          | 47,00                       | 1,58         | 0,20         | 9,66          |
|            | 377/2013 | Чай с вареньем                | 230         | 41,02                       | 0,05         | 0,01         | 10,20         |
|            |          |                               | <b>490</b>  | <b>591,82</b>               | <b>11,53</b> | <b>17,77</b> | <b>44,92</b>  |
| Обед       | 128/2013 | Суп гороховый картофельный    | 230         | 183,56                      | 4,50         | 4,92         | 10,94         |
|            | 265/2013 | Зразы                         | 90          | 267,32                      | 13,50        | 9,64         | 8,35          |
|            | 075/2013 | Гарнир сложный                | 150         | 135,00                      | 3,00         | 8,02         | 12,90         |
|            | 108/2013 | Хлеб                          | 50          | 108,50                      | 3,58         | 0,45         | 24,85         |
|            | 507/2013 | Сок                           | 200         | 39,40                       | 0,00         | 0,00         | 10,50         |
|            |          |                               | <b>720</b>  | <b>733,78</b>               | <b>24,58</b> | <b>23,03</b> | <b>67,54</b>  |
| Полдник    | 590\2012 | Пряники                       | 70          | 417,00                      | 7,50         | 9,80         | 74,20         |
|            | 493/2013 | Чай с сахаром                 | 215         | 40,19                       | 0,00         | 0,00         | 10,05         |
|            |          |                               | <b>70</b>   | <b>457,19</b>               | <b>7,50</b>  | <b>9,80</b>  | <b>84,25</b>  |
| Ужин       | 265/2013 | Фрикадельки                   | 90          | 267,32                      | 13,50        | 9,64         | 8,35          |
|            | 291/2013 | Макаронные изделия отварные с | 150         | 254,30                      | 7,79         | 10,72        | 24,27         |
|            | 108      | Хлеб пшеничный                | 25          | 117,50                      | 3,95         | 0,50         | 24,15         |
|            | 493/2013 | Чай с сахаром                 | 215         | 40,19                       | 0,00         | 0,00         | 10,05         |
|            |          |                               | <b>265</b>  | <b>679,31</b>               | <b>25,24</b> | <b>20,86</b> | <b>66,82</b>  |
| 2 ужин     |          | Молоко                        | 200         | 120,00                      | 5,80         | 6,80         | 8,00          |
|            |          |                               | <b>200</b>  | <b>120,00</b>               | <b>5,80</b>  | <b>6,80</b>  | <b>8,00</b>   |
|            |          | <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>          | <b>1745</b> | <b>2582,10</b>              | <b>74,65</b> | <b>78,26</b> | <b>271,53</b> |