

Утверждаю
 Директор МБОУ «Фёдоровская ООШ»
 О.П.Горкунова



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

21.03.2024г.

Возрастная категория: 7-11 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			белки	жиры	углеводы			
Неделя 2								
День 10								
Завтрак	<u>Рис отварной</u>	<u>150</u>	<u>3.6</u>	<u>4.8</u>	<u>36.4</u>	<u>203.5</u>	<u>№9</u>	<u>17.42</u>
	<u>Компот из смеси сухофруктов</u>	<u>200</u>	<u>0.5</u>	<u>0</u>	<u>19.8</u>	<u>81</u>	<u>№19</u>	<u>6.92</u>
	<u>Банан</u>	<u>100</u>	<u>1.5</u>	<u>0.5</u>	<u>21</u>	<u>94.5</u>	<u>Пром</u>	<u>14.10</u>
	<u>Гуляш из говядины</u>	<u>80</u>	<u>13.6</u>	<u>13.2</u>	<u>3.1</u>	<u>185.7</u>	<u>№15</u>	<u>23.63</u>
	<u>Хлеб пшеничный</u>	<u>40</u>	<u>3</u>	<u>0.3</u>	<u>19.7</u>	<u>93.8</u>	<u>Пром</u>	<u>2.56</u>
Итого за завтрак		<u>570</u>	<u>22.2</u>	<u>18.8</u>	<u>100</u>	<u>658.5</u>		<u>64.63</u>
Дополнительный завтрак ОВЗ	<u>Банан</u>	<u>100</u>	<u>1.5</u>	<u>0.5</u>	<u>21</u>	<u>94.5</u>	<u>Пром</u>	<u>9.00</u>
	<u>сок</u>	<u>100</u>	<u>0.7</u>	<u>0.1</u>	<u>13.2</u>	<u>56.5</u>	<u>Пром</u>	<u>4.67</u>
	<u>Итого</u>							<u>78.30</u>
Возрастная категория: 12 лет и старше								
Завтрак	<u>Рис отварной</u>	<u>160</u>	<u>3.8</u>	<u>5.1</u>	<u>38.9</u>	<u>217.1</u>	<u>№9</u>	<u>17.46</u>
	<u>Компот из смеси сухофруктов</u>	<u>200</u>	<u>0.5</u>	<u>0</u>	<u>19.80</u>	<u>81</u>	<u>№19</u>	<u>4.70</u>
	<u>Банан</u>	<u>100</u>	<u>1.5</u>	<u>0.5</u>	<u>21</u>	<u>94.5</u>	<u>Пром</u>	<u>13.10</u>
	<u>Гуляш из говядины</u>	<u>85</u>	<u>14.4</u>	<u>14</u>	<u>3.3</u>	<u>197.3</u>	<u>№15</u>	<u>23.63</u>
	<u>Хлеб пшеничный</u>	<u>40</u>	<u>3</u>	<u>0.3</u>	<u>19.7</u>	<u>93.8</u>	<u>Пром</u>	<u>2.56</u>
	<u>Итого за завтрак</u>							
Дополнительный завтрак ОВЗ	<u>сок</u>	<u>100</u>	<u>0.7</u>	<u>0.1</u>	<u>13.2</u>	<u>56.5</u>	<u>Пром</u>	<u>4.67</u>
	<u>Банан</u>	<u>100</u>	<u>1.5</u>	<u>0.5</u>	<u>21</u>	<u>94.5</u>	<u>Пром</u>	<u>9.00</u>
	<u>Итого</u>							<u>78.30</u>

