

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



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

24.10.2024г.

**Возрастная категория: 7-11 лет**

| Приём пищи                                  | Наименование блюда                 | Вес блюда         | Пищевые вещества   |                    |                     | Энергетическая ценность | № рецептуры | Цена                |
|---|------------------------------------|-------------------|--------------------|--------------------|---------------------|-------------------------|-------------|---------------------|
|   |                                    |                   | белки              | жиры               | углеводы            |                         |             |                     |
| <b>Неделя 2</b>                             |                                    |                   |                    |                    |                     |                         |             |                     |
| <b>День 10</b>                              |                                    |                   |                    |                    |                     |                         |             |                     |
| 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>         |
|   |                                    |                   |                    |                    |                     |                         |             |                     |
| <b>Итого за завтрак</b>                     |                                    | <b><u>570</u></b> | <b><u>22.2</u></b> | <b><u>18.8</u></b> | <b><u>100</u></b>   | <b><u>658.5</u></b>     |             | <b><u>64.63</u></b> |
| 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>         |
|   | <b><u>Итого</u></b>                |                   |                    |                    |                     |                         |             | <b><u>78.30</u></b> |
| <b>Возрастная категория: 12лет и старше</b> |                                    |                   |                    |                    |                     |                         |             |                     |
| Завтрак                                     | <u>Рис отварной</u>                | <u>180</u>        | <u>4.3</u>         | <u>5.8</u>         | <u>43.7</u>         | <u>244.2</u>            | <u>№9</u>   | <u>19.9</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>6.92</u>         |
|   | <u>Банан</u>                       | <u>120</u>        | <u>1.8</u>         | <u>0.6</u>         | <u>25.2</u>         | <u>113.4</u>            | <u>Пром</u> | <u>15.99</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>60</u>         | <u>4.6</u>         | <u>0.5</u>         | <u>29.5</u>         | <u>140.6</u>            | <u>Пром</u> | <u>3.56</u>         |
|   |                                    |                   |                    |                    |                     |                         |             |                     |
|   | <b><u>Итого за завтрак</u></b>     | <b><u>640</u></b> | <b><u>24.8</u></b> | <b><u>20.1</u></b> | <b><u>121.3</u></b> | <b><u>764.9</u></b>     |             | <b><u>70</u></b>    |

