Утверждаю

Директор МБОУ «Фёдоровская ООШ»

\_\_\_\_\_\_\_\_ О.П.Задворная

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

30.01.2025г.

**Возрастная категория: 7-11 лет**

|  |
| --- |
| **Неделя 2****10 день** |
| Приём пищи | Наименованиеблюда  | Вес блюда | Пищевые вещества | Энергетическая ценность  | № рецептуры |
| белки | жиры |  углеводы  |
| **Завтрак** | Плов с курицей | 160 | 21.8 | 6.5 | 26.6 | 251.7 | №7 |
| Компот из смеси сухофруктов | 210 | 0.5 | 0 | 20.8 | 85 | №24 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3 | 0.3 | 19.7 | 93.8 | пром |
| банан | 100 | 1.5 | 0.5 | 21 | 94.5 | пром |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
| **Итого за завтрак** | **510** | **26.8** | **7.3** | **88.1** | **525** |  |
| **Дополнительный завтрак ОВЗ** | Банан | 100 | 1.5 | 0.5 | 21 | 94.5 | Пром |
| сок | 100 | 0.7 | 0.1 | 13.2 | 56.5 | Пром |
| **Итого** | 200 | 2.2 | 0.6 | 34.2 | 151 |  |
|  | **С 12 лет и старше** |
| **Завтрак** | Плов из отварной говядины | 200 | 15.3 | 14.7 | 38.6 | 348.2 | №7 |
| Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0.5 | 0 | 19.8 | 81 | №24 |
| Яблоко | 100 | 0.4 | 0.4 | 9.8 | 44.4 | пром |
| хлеб пшеничный йодированный | 20 | 1.5 | 0.2 | 9.8 | 46.9 | пром |
| Хлеб ржаной | 30 | 2 | 0.4 | 10 | 51.2 | пром |
| **Итого за завтрак** | **550** | **19.7** | **15.7** | **88** | **571.7** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |