Утверждаю

Директор МБОУ «Фёдоровская ООШ»

\_\_\_\_\_\_\_\_ О.П.Задворная

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

01.03.2025г

**Возрастная категория: 7-11 лет**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Неделя 2**  **12 день** | | | | | | | |
| Приём пищи | Наименование  блюда | Вес  блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
| белки | жиры | углеводы |
| **Завтрак** | Сыр твердых сортов в нарезке | 20 | 4.6 | 5.9 | 0 | 71.7 | №25 |
| Каша жидкая молочная рисовая | 150 | 3.4 | 4.3 | 18.2 | 125.4 | №9 |
| Яйцо варёное | 40 | 4.8 | 4 | 0.3 | 56.6 | №30 |
| Какао с молоком | 150 | 3.5 | 2.6 | 9.4 | 75.3 | №19 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2.3 | 0.2 | 14.8 | 70.3 | пром |
| банан | 140 | 2.1 | 0.7 | 29.4 | 132.3 | пром |
| **Итого за завтрак** | | **530** | **20.7** | **17.7** | **72.1** | **531.6** |  |
| **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** | Сыр твердых сортов в нарезке | 20 | 4.6 | 5.9 | 0 | 71.7 | №25 |
| Каша жидкая молочная рисовая | 160 | 3.7 | 4.6 | 19.4 | 133.8 | №9 |
| Яйцо варёное | 40 | 4.8 | 4 | 0.3 | 56.6 | №30 |
| Какао с молоком | 200 | 4.7 | 3.5 | 12.5 | 100.4 | №19 |
| Хлеб пшеничный йодированный | 40 | 3 | 0.3 | 19.7 | 93.8 | пром |
| банан | 100 | 1.5 | 0.5 | 21 | 94.5 | пром |
| **Итого** | **560** | **22.3** | **18.8** | **72.9** | **550.8** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |