

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



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
23.03.2024г.
Возрастная категория: 7-11 лет

| Приём пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры | Цена |
|--|-------------------------------------|-------------------|---------------------|--------------------|---------------------|-------------------------|-------------|---------------------|
| | | | белки | жиры | углеводы | | | |
| Неделя 2 | | | | | | | | |
| День 12 | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| | <u>Каша жидкая молочная рисовая</u> | <u>180</u> | <u>4.7</u> | <u>4.9</u> | <u>25.8</u> | <u>166.1</u> | <u>№25</u> | <u>23.48</u> |
| | <u>Омлет натуральный</u> | <u>90</u> | <u>7.6</u> | <u>10.8</u> | <u>1.9</u> | <u>135.3</u> | <u>№24</u> | <u>12.68</u> |
| | <u>Какао с молоком</u> | <u>200</u> | <u>4.7</u> | <u>3.5</u> | <u>12.5</u> | <u>100.4</u> | <u>№16</u> | <u>6.68</u> |
| | <u>апельсин</u> | <u>125</u> | <u>1.1</u> | <u>0.3</u> | <u>10.1</u> | <u>47.3</u> | <u>Пром</u> | <u>19.23</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>635</u> | <u>21.1</u> | <u>19.8</u> | <u>70</u> | <u>542.9</u> | | <u>64.63</u> |
| Дополнительный завтрак ОВЗ | <u>яблоко</u> | <u>200</u> | <u>5.8</u> | <u>0</u> | <u>21.36</u> | <u>105</u> | <u>Пром</u> | <u>13.67</u> |
| | | | | | | | | |
| | <u>Итого</u> | | | | | | | <u>78.30</u> |
| Возрастная категория: 12 лет и старше | | | | | | | | |
| Завтрак | <u>Каша жидкая молочная рисовая</u> | <u>200</u> | <u>4.7</u> | <u>4.9</u> | <u>26</u> | <u>120</u> | <u>№25</u> | <u>23.52</u> |
| | <u>Омлет натуральный</u> | <u>90</u> | <u>7.6</u> | <u>10.8</u> | <u>1.90</u> | <u>135.3</u> | <u>№24</u> | <u>10.68</u> |
| | <u>Какао с молоком</u> | <u>200</u> | <u>4.7</u> | <u>3.5</u> | <u>12.5</u> | <u>100.4</u> | <u>№16</u> | <u>5.68</u> |
| | <u>Апельсин</u> | <u>125</u> | <u>1.1</u> | <u>0.3</u> | <u>10.1</u> | <u>47.3</u> | <u>Пром</u> | <u>19.01</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> | | <u>655</u> | <u>17.64</u> | <u>17.2</u> | <u>85.45</u> | <u>586.4</u> | | <u>61.45</u> |
| Дополнительный завтрак ОВЗ | <u>Яблоко</u> | <u>200</u> | <u>5.8</u> | <u>0</u> | <u>21.36</u> | <u>105</u> | <u>Пром</u> | <u>13.67</u> |
| | | | | | | | | |
| | <u>Итого</u> | | | | | | | <u>78.30</u> |

