

МБОУ "Федоровская ООШ"
Ежедневное меню



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

14.02.2024г.

Возрастная категория: 7-11 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 1 День 3							
Завтрак	Плов с курицей	200	27.2	8.1	33.2	314.6	№4
	Какао с молоком	200	4.7	3.5	12.5	100.4	№20
	апельсин	100	0.9	0.2	8.1	37.8	пром
	Хлеб пшеничный	40	3	0.3	19.7	93.8	пром
Итого за завтрак		540	35.8	12.1	73.5	546.6	
Дополнительный завтрак ОВЗ	Сок абрикосовый	100	0.5	0	12.7	70	пром
	банан	100	1.5	0.5	21	94.5	пром
Итого за второй завтрак		200	2	0.5	33.7	164.5	

Возрастная категория: 12 лет и старше

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 1 День 3							
Завтрак	Плов с курицей	210	28.6	8.5	34.9	330.4	№4
	Какао с молоком	200	4.7	3.5	12.5	100.4	№20
	апельсин	100	0.9	0.2	8.1	37.8	пром
	Хлеб пшеничный	40	3	0.3	19.7	93.8	пром
Итого за завтрак		550	37.2	12.5	75.2	562.4	
Дополнительный завтрак ОВЗ	Сок абрикосовый	100	0.5	0	12.7	70	пром
	банан	100	1.5	0.5	21	94.5	пром
Итого за второй завтрак		200	2	0.5	33.7	164.5	

