Утверждаю

Директор МБОУ «Фёдоровская ООШ»

\_\_\_\_\_\_\_\_ О.П.Задворная

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

22.01.2025г

**Возрастная категория: 7-11 лет**

|  |
| --- |
| **Неделя 1****3 день** |
| Приём пищи | Наименованиеблюда  | Вес блюда | Пищевые вещества | Энергетическая ценность  | № рецептуры |
| белки | жиры |  углеводы  |
| **Завтрак** | Макароны отварные | 100 | 3.5 | 3.3 | 21.9 | 131.2 | №4 |
| Гуляш из говядины | 80 | 13.6 | 13.2 | 3.1 | 185.7 | №15 |
| Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0.4 | 0 | 19.8 | 80.8 | №24 |
| яблоко | 100 | 0.4 | 0.4 | 9.8 | 44.4 | пром |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3 | 0.3 | 19.7 | 93.8 | пром |
|  |  |  |  |  |  |  |
| **Итого за завтрак** | **520** | **20.9** | **17.2** | **74.3** | **535.9** |  |
| **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** | Макароны отварные | 150 | 5.3 | 4.9 | 32.8 | 196.8 | №4 |
| Гуляш из говядины | 80 | 13.6 | 13.2 | 3.1 | 185.7 | №15 |
| Компот из смеси сухофруктов | 150 | 0.4 | 0 | 14.8 | 60.7 | №24 |
| яблоко | 170 | 0.7 | 0.7 | 16.7 | 75.5 | пром |
| Хлеб пшеничный йодированный | 40 | 3 | 0.3 | 19.7 | 93.8 | пром |
|  |  |  |  |  |  |  |
| **Итого** | **590** | **23** | **19.1** | **87.1** | **612.5** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |