

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



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

03.10.2024г.

Возрастная категория: 7-11 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 1 День 4							
Завтрак	Горошница	150	14.5	1.3	33.8	204.8	№8
	Рыба тушеная в томате с овощами (Минтай)	90	12.5	6.7	5.7	132.5	№14
	Соус красный основной	30	1	0.7	2.7	21.2	№11
	Компот из смеси сухофруктов	200	0.5	0	19.8	81	№19
	яблоко	150	0.6	0.6	14.7	66.6	пром
	Хлеб пшеничный	30	2.3	0.2	14.8	70.3	пром
Итого за завтрак		650	31.4	9.5	91.5	576.4	
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	

Возрастная категория: 12 лет и старше

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Завтрак	Горошница	180	17.3	1.6	40.5	245.8	№8
	Рыба тушеная в томате с овощами (Минтай)	100	13.9	7.4	6.3	147.3	№14
	Соус красный основной	30	1	0.7	2.7	21.2	№11
	Компот из смеси сухофруктов	200	0.5	0	19.8	81	№19
	яблоко	150	0.6	0.6	14.7	66.6	пром
	Хлеб пшеничный	40	3	0.3	19.7	93.8	пром
Итого за завтрак		700	36.3	10.6	103.7	655.7	