Утверждаю

Директор МБОУ «Фёдоровская ООШ»

\_\_\_\_\_\_\_\_ О.П.Задворная

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

10.03.2025г.

**Возрастная категория: 7-11 лет**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **2 неделя**  **7 день** | | | | | | | |
| Приём пищи | Наименование  блюда | Вес  блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
| белки | жиры | углеводы |
| **Завтрак** | Макароны отварные | 100 | 3.5 | 3.3 | 21.9 | 131.2 | №4 |
| Бефстроганов из отварной говядины | 80 | 12 | 12.4 | 1.9 | 167.4 | №20 |
| Чай с лимоном и сахаром | 200 | 0.2 | 0.1 | 6.6 | 27.9 | №22 |
| банан | 150 | 2.3 | 0.8 | 31.5 | 141.8 | пром |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2.3 | 0.2 | 14.8 | 70.3 | пром |
|  |  |  |  |  |  |  |
| **Итого за завтрак** | | **560** | **20.3** | **16.8** | **76.7** | **538.6** |  |
| **Дополнительный завтрак ОВЗ** | Сок натуральный | 100 | 0.5 | 0 | 12.7 | 52.8 | Пром |
| банан | 100 | 1,5 | 0,5 | 21 | 94,5 | Пром |
| **Итого** | **200** | **2** | **0.5** | **33.7** | **147.3** |  |
| **Завтрак** | **С 12 лет и старше** | | | | | | |
| Макароны отварные | 150 | 5.3 | 4.9 | 32.8 | 196.8 | №4 |
| Бефстроганов из отварной говядины | 75 | 11.2 | 11.6 | 1.8 | 156.9 | №20 |
| Чай с лимоном и сахаром | 200 | 0.2 | 0.1 | 6.6 | 27.9 | №22 |
| банан | 120 | 1.8 | 0.6 | 25.2 | 113.4 | пром |
| Хлеб пшеничный йодированный | 40 | 3 | 0.3 | 19.7 | 93.8 | пром |
| Хлеб ржаной | 30 | 2 | 0.4 | 10 | 51.2 | пром |
| **Итого за завтрак** | **615** | **23.5** | **17.9** | **96.1** | **640** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |