Утверждаю

Директор МБОУ «Фёдоровская ООШ»

\_\_\_\_\_\_\_\_ О.П.Горкунова

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

22.04.2024г.

**Возрастная категория: 7-11 лет**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Приём пищи | Наименование  блюда | Вес  блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры | Цена |
| белки | жиры | углеводы |
| **Неделя 2**  **День 7** | | | | | | | | |
| **Завтрак** | Макароны отварные | 100 | 3.5 | 3.3 | 21.9 | 131.2 | №7 | 20.20 |
| Гуляш из говядины | 80 | 13.6 | 13.2 | 3.1 | 185.7 | №15 | 23.63 |
| Чай с лимоном и сахаром | 200 | 0.2 | 0.1 | 6.6 | 27.9 | №22 | 4.78 |
| Банан | 100 | 1.5 | 0.5 | 21 | 94.5 | Пром | 14.10 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 0.2 | 14.8 | 14.8 | 70.3 | Пром | 1.92 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Итого за завтрак** | | **510** | **21.1** | **17.3** | **67.4** | **509.6** |  | **64,63** |
| **Дополнительный завтрак ОВЗ** | Сок натуральный | 100 | 0.5 | 0 | 12.7 | 52.8 | Пром | 4.67 |
| банан | 100 | 1,5 | 0,5 | 21 | 94,5 | Пром | 9,00 |
| **Итого** |  |  |  |  |  |  | **78,30** |
| **Возрастная категория: 12лет и старше** | | | | | | | | |
| **Завтрак** | Макароны отварные | 100 | 3.5 | 3.3 | 21.9 | 131.2 | №7 | 19.20 |
| Гуляш из говядины | 90 | 15.3 | 14.9 | 3.50 | 208.9 | №15 | 23.70 |
| Чай с лимоном и сахаром | 200 | 0.2 | 0.1 | 6.6 | 27.9 | №22 | 3.56 |
| Банан | 100 | 1.5 | 0.5 | 21 | 94.5 | Пром | 13.00 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3 | 0.3 | 19.7 | 93.8 | Пром | 1.99 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Итого за завтрак** | **530** | **23.5** | **19.1** | **72.7** | **556.3** |  | **61.45** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Дополнительный завтрак ОВЗ** | Сок натуральный | 100 | 0.5 | 0 | 12.7 | 52.8 | Пром | 4.67 |
| банан | 100 | 1,5 | 0,5 | 21 | 94,5 | Пром | 9,00 |
| **Итого** |  |  |  |  |  |  | **78,30** |