Утверждаю

Директор МБОУ «Федоровская ООШ»

\_\_\_\_\_\_\_\_ О.П.Задворная

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

29.01.2025г.

**Возрастная категория: 7-11 лет**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Приём пищи | Наименование  блюда | Вес  блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
| белки | жиры | углеводы |
| **Завтрак**  **2 неделя**  **9день** | Каша гречневая рассыпчатая | 100 | 5.5 | 4.2 | 24 | 155.8 | №5 |
| Котлета из говядины | 75 | 13.7 | 13 | 12.3 | 221.4 | №16 |
| Компот из свежих яблок | 180 | 0.1 | 0.1 | 8.9 | 37.4 | №23 |
| Хлеб пшеничный йодированный | 30 | 2.3 | 0.2 | 14.8 | 70.3 | пром |
| яблоко | 115 | 0.5 | 0.5 | 11.3 | 51.1 | пром |
|  |  |  |  |  |  |  |
| **Итого за завтрак** | | **500** | **22.1** | **18** | **71.3** | **536** |  |
| **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** |  |
| **Завтрак** | Каша гречневая рассыпчатая | 120 | 6.6 | 5.1 | 28.7 | 187 | №5 |
| Котлета из говядины | 70 | 12.8 | 12.2 | 11.5 | 206.7 | №16 |
| Компот из свежих яблок | 200 | 0.2 | 0.1 | 9.9 | 41.6 | №23 |
| Хлеб пшеничный йодированный | 65 | 4.9 | 0.5 | 32 | 152.4 | пром |
| яблоко | 120 | 0.5 | 0.5 | 11.8 | 53.3 | пром |
|  |  |  |  |  |  |  |
| **Итого за завтрак** | **575** | **25** | **18.4** | **93.9** | **641** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |