



«Согласовано»

Директор СОШ \_\_\_\_\_

Подпись \_\_\_\_\_

Меню на « 15 » ноября 2024г  
Возрастная категория с 12 лет и старше

**Завтрак**

Наименование блюда	Вес блюда, г	белки	жиры	углеводы	Энерг. ценн.	№ рецептуры
Каша молочная жидкая из гречневой крупы с маслом сливочным	260	9,83	14,48	9,83	206,44	183
Батон пшеничный в/с	60	4,74	0,60	28,98	140,28	к/к
Какао на молоке	200	3,52	3,72	25,49	145,20	382
Джем/Повидло	30	0,15	0	17,48	86,52	к/к
<b>Итого за завтрак</b>	<b>550</b>	<b>18,24</b>	<b>18,80</b>	<b>85,78</b>	<b>578,44</b>	

**Обед**

Наименование блюда	Вес блюда	белки	жиры	углеводы	Энерг. ценн.	№ рецептуры
Суп картофельный	250	2,34	2,83	16,64	101,25	97
Кура отварная	10	2,11	1,36	0,00	20,67	228
Борщ	260	1,30	3,90	6,85	83,00	81
Котлета рыбная (минтай) с соусом №326	100	13,32	12,06	9,63	209,90	239/326
Рис отварной	200	4,89	6,23	44,89	267,96	304
Салат из квашеной капусты	100	1,72	5,02	8,50	86,03	47
Чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0,02	10,25	41,68	377
Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	46,76	к/к
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	к/к
<b>Итого за обед</b>	<b>880</b>	<b>28,33</b>	<b>28,15</b>	<b>119,33</b>	<b>866,21</b>	

1322