

«Согласовано»

Директор СОШ

6

Подпись

вт 2

Меню на «26» ноября 2024г

Возрастная категория с 12 лет и старше

Завтрак

| Наименование блюда | Вес блюда, г | белки | жиры | углеводы | Энерг. Ценн. | № рецептуры |
|--|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------|
| Запеканка рисовая с творогом и с соусом молочным сладким № 327 | 210 | 10,61 | 4,99 | 37,65 | 228,54 | 188 |
| Какао на молоке | 200 | 3,52 | 3,72 | 25,49 | 145,20 | 382 |
| Бутерброд с сыром | 40 | 4,90 | 11,55 | 17,10 | 193 | 2017 |
| Апельсин | 100 | 0,90 | 0,20 | 8,10 | 37,80 | 338 |
| Итого за завтрак | 550 | 19,93 | 20,46 | 88,34 | 604,54 | |

Обед

| Наименование блюда | Вес блюда | белки | жиры | углеводы | Энерг. Ценн. | № рецептуры |
|--------------------------------|------------|--------------|--------------|---------------|---------------|-------------|
| Борщ Сибирский со сметаной | 260 | 4,98 | 1,89 | 9,81 | 101,66 | 63 |
| Суп из овощей | 260 | 1,68 | 5,98 | 9,35 | 98,37 | 99 |
| Тефтели из курицы в соусе №331 | 100 | 10,37 | 16,21 | 10,97 | 228,50 | 297/331 |
| Макаронные изделия отварные | 200 | 7,36 | 6,03 | 35,27 | 224,60 | 202 |
| Салат витаминный (2 вариант) | 100 | 2,60 | 6,22 | 22,15 | 154,90 | 49 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,20 | 0,00 | 14,00 | 28,00 | 376 |
| 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 |
| Итого за обед | 920 | 29,32 | 30,99 | 121,61 | 876,38 | |

137 2