

Чт1

«Согласовано»  
Директор СОШ 6  
Подпись В.С.

Меню на « 6 » марта 202 5  
Возрастная категория 7-11 лет

**Завтрак**

| Наименование блюда                            | Вес блюда, г | белки        | жиры         | углеводы     | Энерг. ценн.  | № рецептуры |
|---|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------|
| Каша молочная жидкая из манной крупы с маслом | 210          | 9,52         | 4,17         | 35,46        | 201,70        | 181         |
| Бутерброд с сыром                             | 40           | 4,9          | 11,55        | 17,10        | 193           | 2017        |
| Чай с сахаром и лимоном                       | 200          | 0,13         | 0,02         | 10,25        | 41,68         | 377         |
| Апельсин                                      | 100          | 0,90         | 0,20         | 8,10         | 37,80         | 338         |
| <b>Итого за завтрак</b>                       | <b>550</b>   | <b>15,45</b> | <b>15,94</b> | <b>70,91</b> | <b>474,18</b> |             |

**Обед**

| Наименование блюда                       | Вес блюда   | белки        | жиры         | углеводы      | Энерг. ценн.   | № рецептуры |
|--|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|-------------|
| Суп из овощей                            | 200         | 1,68         | 5,98         | 9,35          | 98,37          | 99          |
| Кура отварная                            | 10          | 2,11         | 1,36         | 0,00          | 20,67          | 288         |
| Суп картофельный с крупой                | 210         | 1,60         | 2,17         | 9,69          | 90,30          | 101         |
| Котлеты, биточки, шницели с соусом №332  | 90          | 12,00        | 10,64        | 11,66         | 172,12         | 268/332     |
| Картофель отварной с маслом растительным | 150         | 2,86         | 4,32         | 23,01         | 142,35         | 125         |
| Салат из отварной свеклы                 | 60          | 0,86         | 3,65         | 5,02          | 56,34          | 52          |
| Компот из свежих яблок                   | 200         | 0,20         | 0,20         | 22,30         | 110,00         | 342         |
| 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>1320</b> | <b>38,98</b> | <b>42,73</b> | <b>171,67</b> | <b>1212,75</b> |             |

Повар-бригадир: И.С.

1482

Молоко 200 6.0 5.44 10.10 113.76 162