

Чт1



«Согласовано»

Директор СОШ _____

Подпись _____

Меню на «10» марше 2025

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
Итого за завтрак	550	15,45	15,94	70,91	474,18	

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
Итого за обед	1320	38,98	42,73	171,67	1212,75	

Повар-бригадир: _____

[Handwritten signature]

148

Молоко 200 6.0 5.44 10.10 113.76 16