

"УТВЕРЖДЕНО"

"1" *декабря* 2024 г.

Васильев Н.Н.



Согласовано
МБОУ ООШ 36
А.Т.
2024 г.

МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ДЛЯ ВОЗРАСТНОЙ КАТЕГОРИИ ДЕТЕЙ 12-18 ЛЕТ В АЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ ПЕРИОД

6 день 2 недели

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ							
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	60	4,55	7,74	19,17	123,16	424	2011
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	10	2,32	2,95	0,00	36,40	15	2011
КИСЕЛЬ ИЗ СОКА ПЛОДОВОГО ИЛИ ЯГОДНОГО С САХАРОМ	210	9,83	10,32	19,23	196,53	189	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200	0,59	0,12	27,51	113,04	359	2011
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,82	0,31	25,09	118,41		2020
Итого за прием пищи:	560	22,79	21,77	105,82	656,51		
Обед							
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ ОГУРЦЫ							
СУП-ЛАПША	100	0,80	0,10	1,70	13,00	70	2017
КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ С СЕРДЦЕМ	250	3,33	4,45	18,36	131,18	113	2011
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК /СНЕЖОК/	200	16,52	25,29	71,70	422,01	142	2024
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200	5,40	5,00	21,60	158,00	386	2017
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,82	0,31	25,09	118,41		2008
Итого за прием пищи:	40	2,65	0,35	16,96	81,58		2020
Всего за день:	840	32,52	35,50	155,41	924,18		
		55,31	57,27	261,23	1 580,69		