

Дата 03.05.24

Утверждаю:
Директор МКОУ СОШ №13



МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ по рецептуре
			Белки	Жиры	Углеводы		
7-11 лет							
Неделя 2 День 11	Овощи натуральные свежие (соленые)	60	0,5	0,1	1,5	8,1	71
	Котлета из курицы	90	14,2	17,7	11,4	260,3	294
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,86	5,98	39,81	280	171
	Соус красный основной	30	0,5	1,5	2,1	24	331
	Хлеб пшеничный	30	1,17	0,3	14,4	70,5	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,7	0,6	8,5	51,8	
	Чай с лимоном	200/7	0,4	0	11,7	49,6	377
	Фрукты свежие	1 шт	0,4	0,4	9,87	44,3	338
						788,6	
12-18 лет							
Неделя 2 День 11	Овощи натуральные свежие (соленые)	100	0,83	0,16	2,5	13,5	71
	Котлета из курицы	100	15,8	19,7	12,7	289,2	294
	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,63	7,1	47,7	336	171
	Соус красный основной	30	0,5	1,5	2,1	24	331
	Хлеб пшеничный	30	1,17	0,3	14,4	70,5	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,7	0,6	8,5	51,8	
	Чай с лимоном	200/7	0,4	0	11,7	49,6	377
						834,6	