

«Согласовано»

Директор СОШ

Подпись

чт 2

Меню на «15» 05 2024г

Возрастная категория с 12 лет и старше

## Завтрак

| Наименование блюда                                                    | Вес блюда, г  | белки        | жиры         | углеводы     | Энерг. Ценн.  | № рецептуры |
|-----------------------------------------------------------------------|---------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------|
| Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев «Геркулес» с маслом сливочным | 260           | 10,29        | 14,18        | 27,39        | 271,49        | 173         |
| Сыр (порциями)                                                        | 15            | 3,48         | 4,43         | 0,00         | 54,60         | 15          |
| Батон пшеничный в/с                                                   | 60            | 4,74         | 0,60         | 28,98        | 140,28        | к/к         |
| Печенье затяжное                                                      | 20            | 0,38         | 1,08         | 6,41         | 35,27         | к/к         |
| Напиток кофейный на молоке                                            | 200           | 3,6          | 2,67         | 29,20        | 155,20        | 379         |
| <b>Итого за завтрак</b>                                               | <b>555,00</b> | <b>22,49</b> | <b>22,96</b> | <b>91,98</b> | <b>656,84</b> |             |

## Обед

| Наименование блюда                             | Вес блюда  | белки        | жиры         | углеводы      | Энерг. Ценн. | № рецептуры |
|------------------------------------------------|------------|--------------|--------------|---------------|--------------|-------------|
| Щи из квашеной капусты с картофелем и сметаной | 260        | 1,64         | 4,92         | 6,27          | 81,50        | 92          |
| Кура отварная                                  | 10         | 2,11         | 1,36         | 0,00          | 20,67        | 288         |
| Суп с крупой и курой                           | 260        | 1,70         | 2,80         | 4,70          | 72,10        | 115         |
| Котлеты, биточки, шницели с соусом №332        | 100        | 13,58        | 10,58        | 12,96         | 198,12       | 268/332     |
| Капуста тушеная                                | 200        | 3,71         | 8,64         | 46,03         | 265,20       | 321         |
| Томаты свежие порционно                        | 60         | 2,16         | 4,04         | 1,01          | 48,79        | 71          |
| 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>890</b> | <b>27,22</b> | <b>30,38</b> | <b>117,98</b> | <b>863</b>   |             |