

Меню на \_\_12.11\_\_ 2024\_г.

Утверждаю:

директор школы

НВ. Дюкина

12.11.2024

**Меню приготавливаемых блюд**

| Прием пищи       | Наименование блюда                        | Вес блюда | Пищевые вещества |              |                | Энергетическая ценность | Вита мин С | N рецеп-туры |
|------------------|---|-----------|------------------|--------------|----------------|-------------------------|------------|--------------|
|                  |   |           | Бел-ки           | Жиры         | Угле воды      |                         |            |              |
| завтрак          | <b>Каша молочная «Дружба»</b>             | 145/5     | 4,66             | 5,76         | 20,78          | 151                     | 1,46       | 107          |
|                  | <b>Какао с молоком</b>                    | 180       | 3,67             | 3,19         | 15,82          | 107                     |            | 266          |
|                  | <b>Батон пшеничный</b>                    | 25        | 3,6              | 0,8          | 21,8           | 110                     | 1,2        |              |
|                  | <b>Яйцо отварное</b>                      | 40        | 5.1              | 4.5          | 0.3            | 63                      |            | 130          |
|                  | <b>масло сливочное</b>                    | 5         | 0,032            | 2,9          | 0,052          | 26,4                    |            | 5            |
| итого за завтрак |   | 400       | 10,642           | 11,42        | 46,612         | 331,6                   | 0,98       |              |
| 2 завтрак        | <b>Яблоко</b>                             | 100       | 0,4              | 0,4          | 9,8            | 44                      | 10         | 248          |
|                  | <b>Суп картофельный с домашней лапшой</b> | 180       | 2,42<br>12,95    | 3,92<br>3,93 | 11,28<br>60,97 | 82,8<br>331,1           | 6,6<br>-   | 61/73        |
|                  | <b>Запеканка картофельная с печенью</b>   | 200       | 12,13            | 9,5          | 25,7           | 237                     | 3,8        | 193          |
|                  | <b>Компот из замороженных фруктов</b>     | 180       | 0,444            | 0,022        | 27,77          | 144                     |            | 253          |
|                  | <b>Батон пшеничный</b>                    | 25        | 3,6              | 0,8          | 21,8           | 110                     | 1,2        |              |
| итого за обед    |   | 585       | 38,6             | 26,57        | 108,87         | 617,37                  | 26,6       |              |
|                  | <b>Перепечи с мясом</b>                   | 100       | 9,2              | 17,1         | 13,6           | 242                     |            | 289          |
|                  | <b>Чай с сахаром и молоком</b>            | 150       | 4,35             | 3,75         | 6,3            | 76                      |            | 263          |
| итого за полдник |   | 255       | 6,55             | 10,85        | 26,05          | 233                     | 0,05       |              |
| Итого за день:   |   | 1360      | 63,69            | 58,84        | 195,582        | 1353,97                 | 39,2       |              |
| Сумма:           | 794.79 /119.25                            |           |                  |              |                |                         |            |              |