

Меню на \_\_\_13.11\_\_\_ 2024 \_г.

Утверждаю:

директор школы

НВ. Дюкина

13.11.2024

**Меню приготавливаемых блюд**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Вита мин С	N рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
завтрак	<b>Каша молочная ячневая с маслом</b>	175/5	4,82	5,08	16,84	132,4	0,92	106
	<b>Кофейный напиток с молоком</b>	180	2,56	2,17	12,94	81,60	0,98	264
	<b>Батон пшеничный</b>	25	3,6	0,8	21,8	110	1,2	
	<b>сыр</b>	15	1,85	2,21	-	27	0,06	6
итого за завтрак		400	10,642	11,42	46,612	331,6	0,98	
2 завтрак	<b>Сок</b>	100	0,75	-	13,13	48	2,65	268
	<b>Борщ с мясом</b>	180	7,82	5,82	10,98	128	12,5	54
	<b>Биточки рыбные, с овощами запеченные, соус сметанный</b>	100	9,79	8,44	13,57	169	12,82	165
	<b>Макароны отварные</b>	115	3,84	0,54	20,76	103,4		123
	<b>Компот из сухофруктов</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		600	38,6	26,57	108,87	617,37	26,6	
	<b>Сырники с морковью соус сметанный сладкий</b>	80/20	11,2	12,69	40,2	498,3	0,43	143
	<b>Чай с сахаром</b>	150	4,35	3,75	6,3	76		263
итого за полдник		250	6,55	10,85	26,05	233		
Итого за день:		1350	63,69	58,84	195,582	1353,97	39,2	
Сумма:	836,37 / 119,48							