

Вт 1

«Согласовано»
И.о. Директор СОШ № 1 *В.В. Швецова Е.Н.*
Подпись *Швецова Е.Н.*
2024

Меню на « 23 » *апреля*

Возрастная категория 7-11 лет

Завтрак

Наименование блюда	Вес блюда	белки	жиры	углеводы	Энерг. ценн.	№ рецептуры
Запеканка творожная с соусом молочным сладким № 327	200	12,45	11,28	35,76	295,06	223/327
Батон пшеничный в/с	30	2,37	0,30	14,49	70,14	к/к
Напиток кофейный на молоке	200	3,6	2,67	29,20	155,20	379
Яблоко	100	0,80	5,50	4,30	67,10	338
Итого за завтрак	530	19,22	19,75	83,75	587,50	

Обед

Наименование блюда	Вес блюда	белки	жиры	углеводы	Энерг. ценн.	№ рецептуры
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,15	3,67	13,71	83,80	112
Кура отварная	10	2,11	1,36	0,00	20,67	288
Котлета рыбная (минтай) с соусом №326	90	11,99	12,05	8,67	188,90	239/326
Рис отварной	150	3,67	5,42	36,67	210,11	304
Салат витаминный (2 вариант)	60	1,56	3,73	13,29	92,94	49
Чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0,02	10,25	41,68	377
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
Итого за обед	770	25,43	26,89	112,01	776,82	

Голован Бригадир Швецова Е.Н.

*Швецова Е.Н.
134*



Меню на « 23 » апреля

2024г

Возрастная категория с 12 лет и старше

Завтрак

Наименование блюда	Вес блюда	белки	жиры	углеводы	Энерг. ценн.	№ рецептуры
Запеканка творожная с соусом молочным сладким № 327	230	14,32	10,97	36,67	293,50	223/327
Батон пшеничный в/с	30	2,37	0,30	14,49	70,14	к/к
Напиток кофейный на молоке	200	3,6	2,67	29,20	155,20	379
Яблоко	100	0,80	5,50	4,30	67,10	338
Итого за завтрак	560	21,09	19,44	84,66	585,94	

Обед

Наименование блюда	Вес блюда	белки	жиры	углеводы	Энерг. ценн.	№ рецептуры
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,66	4,59	17,14	116,23	112
Кура отварная	10	2,11	1,36	0,00	20,67	288
Котлета рыбная (минтай) с соусом №326	100	13,32	12,06	9,63	209,90	239/326
Рис отварной	200	4,89	6,23	44,89	267,96	304
Салат витаминный (2 вариант)	100	2,60	6,22	22,15	154,90	49
Чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0,02	10,25	41,68	377
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
Итого за обед	1480	50,62	50,56	218,14	1536	

Завтрак 5-классник *Иван*