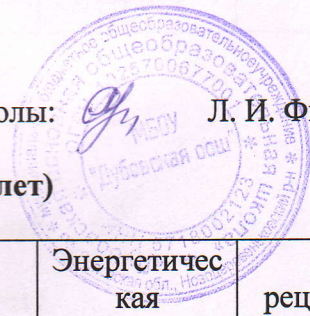


Утверждаю.

Директор школы:

Л. И. Филонова

Меню приготавливаемых блюд (12-16 лет)



| Наименование блюда                             | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|--|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|-------------|
|  |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |             |
| <b>Неделя 2 День 5 Дата 10.11.2024 Завтрак</b> |           |                  |       |          |                         |             |
| каша молочная пшенная                          | 250       | 7,25             | 6,85  | 23,21    | 183,50                  | 4           |
| чай с сахаром                                  | 200       | 0,2              | 0     | 14       | 28                      | 943         |
| батон с сыром и маслом                         | 50        | 3,78             | 8,32  | 17,2     | 157,6                   | 3           |
| <b>Обед</b>                                    |           |                  |       |          |                         |             |
| салат из квашеной капусты                      | 100       | 1,58             | 4,99  | 7,66     | 83,2                    | 81          |
| суп овощной                                    | 250       | 2,1              | 7,48  | 11,69    | 122,96                  | 202         |
| рыба припущенная                               | 100       | 19,43            | 1,19  | 0,31     | 90                      | 245         |
| картофельное пюре                              | 200       | 4,08             | 6,4   | 27,26    | 183                     | 694         |
| кисель   | 200       | 0,0              | 0     | 26,0     | 106                     | 350         |
| батон  | 50        | 4,8              | 0,6   | 38,4     | 156                     |             |
| хлеб ржаной                                    | 70        | 4,8              | 0,6   | 35,4     | 156                     |             |
| <b>Итого:</b>                                  | 1470      | 48,02            | 36,43 | 201,13   | 1267,86                 |             |