

Утверждаю.

Директор школы:

Л. И. Филонова

Меню приготавливаемых блюд (12-16 лет)

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетиче- ская ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 3 Дата 2026						
Обед						
салат из свеклы	100	1,43	6,06	8,36	93,9	33
рассольник	250	2,1	5,11	16,59	120,75	197
капуста тушеная с мясом	280	23,56	19,26	27	342,2	208
компот из свежих плодов	200	0,2	0,2	22,33	110	859
хлеб ржано-пшеничный	60	4	0,72	31,74	149,4	
Итого:	890	31,29	31,35	106,02	816,25	
Норма:	800	27-31,5	27,6- 32,2	114,9- 134,05	816-952	