

Утверждаю.
 Директор школы:
 Л. И. Филинова

Меню приготавливаемых блюд (12-16 лет)

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 4 Дата 2026						
Обед						
винегрет овощной	100	1,36	6,18	8,44	94,8	45
суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,69	2,84	17,14	104,75	208
гуляш	100	14,35	14,79	2,89	221	260
картофельное пюре	200	4,75	6,8	28,76	177	312
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:	910	27,35	31,53	111,3	856,95	
Норма:	800	27-31,5	27,6-32,2	114,9-134,05	816-952	