

Утверждаю.

Директор школы:

Л. И. Филонова

Меню приготавливаемых блюд (12-16 лет)

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 День 2 Дата 2026						
Обед						
салат из соленых огурцов с луком	100	0,86	5,11	2,61	59,8	17
щи из свежей капусты с картофелем и курицей	250	2,1	7,44	23,48	139,2	88
плов с птицей	250	21,12	19,38	44,62	381,63	646
компот из сухофруктов	200	0,04	0	24,76	94,20	868
хлеб ржано-пшеничный	60	4	0,72	31,74	149,4	б/н
Итого:	860	28,12	32,65	127,21	824,23	
Норма:	800	27-31,5	27,6-32,2	114,9-134,05	816-952	