

Утверждаю
Директор школы

О.Д. Ащеулова

Меню приготавливаемых блюд МБОУ СОШ с. Вьюнки
Возрастная категория 7-11 лет

I неделя

Пятница

| № рецептуры | Наименование блюда, напитков | Выход, г | Содержание основных питательных веществ | | | |
|-------------|--------------------------------|----------|---|--------------|---------------|--------------------------------|
| | | | белки | жиры | углевод ы | Энергетическая ценност ь |
| | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| | Завтрак | | | | | |
| 417 | Каша молочная рисовая с маслом | 200 | 4,98 | 11,8 | 31,02 | 256 |
| 332 | Кисель | 200 | - | - | 5,57 | 24,8 |
| 64 | Батон | 150 | 3,3 | 1,2 | 19,9 | 104,8 |
| | Итого | | 8,28 | 13 | 56,49 | 385,6 |
| | Обед | | | | | |
| 23 | Суп вермишелевый с рыбой | 250 | 12,1 | 4,8 | 17,1 | 162,6 |
| 36 | Рис отварной с котлетой | 200 | 23 | 1,6 | 50,8 | 309,6 |
| 943 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | | 14 | 23 |
| 2а | Хлеб ржаной | 100 | 2,64 | 0,48 | 13,4 | 69,6 |
| 368а | Яблоко | 150 | 0,4 | 0,3 | 10,3 | 46 |
| 602 | Конфета | 50 | 0,84 | 1 | 23,2 | 106,2 |
| | Итого | | 39,18 | 8,18 | 128,8 | 717 |
| | Итого | | 47,46 | 21,18 | 185,29 | 1102,6 |

Возрастная категория 12-17 лет

| № рецептуры | Наименование блюда, напитков | Выход, г | Содержание основных питательных веществ | | | |
|-------------|--------------------------------|----------|---|--------------|---------------|--------------------------------|
| | | | белки | жиры | углевод ы | Энергетическая ценност ь |
| | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| | Завтрак | | | | | |
| 417 | Каша молочная рисовая с маслом | 250 | 4,98 | 11,8 | 31,02 | 256 |
| 332 | Кисель | 200 | - | - | 5,57 | 24,8 |
| 64 | Батон | 150 | 3,3 | 1,2 | 19,9 | 104,8 |
| | Итого | | 8,28 | 13 | 56,49 | 385,6 |
| | Обед | | | | | |
| 23 | Суп вермишелевый с рыбой | 250 | 12,1 | 4,8 | 17,1 | 162,6 |
| 36 | Рис отварной с котлетой | 200 | 23 | 1,6 | 50,8 | 309,6 |
| 943 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | | 14 | 23 |
| 2а | Хлеб ржаной | 100 | 2,64 | 0,48 | 13,4 | 69,6 |
| | Итого | | 37,94 | 6,88 | 95,3 | 564,8 |
| | Итого | | 46,22 | 19,88 | 151,76 | 950,4 |