



Утверждаю:

Директор МБОУ "Средняя школа № 41"

Адволодкина И.М.

<< \_\_\_\_\_ >> \_\_\_\_\_ 2024г.

## Меню приготовляемых блюд "22.04 2024г."

Возрастная категория: 7-11 лет.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (гр.)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность ккал	Номер рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		

Неделя	16	День	1	22.04.2024					
<b>Завтрак</b>	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,10	14/М		
	Сыр полутвердый	15	3,48	4,43	0,00	54,60	15/М		
	Яйцо варёное	40	5,08	4,60	0,28	62,80	209/М		
	Каша жидкая молочная из овсяных хлопьев "Геркулес" с ягодами, 200/5/5/10	220	7,93	8,66	41,38	276,34	182/М/ССЖ		
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,26	0,03	11,26	47,79	377/М/ССЖ		
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94,00			
	Яблоко	200	0,40	0,40	9,80	47,00	338/М		
	Итого за завтрак:			<b>20,39</b>	<b>25,77</b>	<b>82,17</b>	<b>648,63</b>		
<b>Обед</b>	Салат из свеклы с зеленым горошком	60	1,00	5,11	4,94	69,95	53/М/ССЖ		
	Щи из свежей капусты с курицей, 200/15	215	4,47	11,82	8,84	161,07	89/М/ССЖ		
	Бефстроганов из говядины	90	14,01	14,06	5,25	204,01	245/М/ССЖ		
	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,96	4,72	31,46	195,84	171/М/ССЖ		
	Морс из брусники, 200/11	200	0,14	0,10	12,62	53,09	342/М/ССЖ		
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	47,00			
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,30	0,60	19,82	99,00			
Итого за обед:			<b>31,46</b>	<b>36,61</b>	<b>92,59</b>	<b>829,96</b>			
<b>Полдник</b>									

Итого за полдник:			0,00	0,00	0,00	0,00	
<b>Итого за день:</b>			<b>51,85</b>	<b>62,38</b>	<b>174,76</b>	<b>1478,59</b>	