

Директор МКОУ СОШ 12

Дубовская Т.И

### Меню приготовленных блюд

Дата 05.07.2024. 7- 11лет

| Прием пищи       | Наименование блюда                  | Вес блюда | Пищевые вещества |      |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|------------------|-------------------------------------|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|
|                  |                                     |           | Белки            | Жиры | Углеводы |                         |             |
| завтрак          | Овощи натуральные свежие огурцы     | 1/60      | 0,45             | 0,09 | 1,5      | 8,1                     | 71          |
|                  | Тефтели                             | 1/90      | 11,9             | 14,8 | 10,6     | 223,4                   | 278         |
|                  | Каша гречневая                      | 1/180     | 6,4              | 5,5  | 45,2     | 247,2                   | 171         |
|                  | Чай с лимоном                       | 1/200     | 0,4              | 0    | 11,7     | 49,6                    | 377         |
|                  | Хлеб пшеничный                      | 1/30      | 2,37             | 0,3  | 14,5     | 71                      |             |
|                  | Хлеб ржаной                         | 1/20      | 1,32             | 0,24 | 6,68     | 34,6                    |             |
|                  |                                     |           |                  |      |          |                         |             |
|                  |                                     |           |                  |      |          |                         |             |
| Итого на завтрак |                                     |           |                  |      |          |                         |             |
| обед             | Овощи натуральные свежие (помидоры) | 1/60      | 0,6              | 0,09 | 2,1      | 13,9                    | 71          |
|                  | Щи из свежей капусты с картофелем   | 1/200     | 1,44             | 4    | 5,52     | 64,4                    | 88          |
|                  | Котлета куриная                     | 1/90      | 14,2             | 17,7 | 11,4     | 260,3                   | 294         |
|                  | Макароны отварные                   | 1/180     | 5,7              | 37,5 | 5,7      | 229,2                   | 202         |
|                  |                                     |           |                  |      |          |                         |             |
|                  | Компот из сухофруктов               | 1/200     | 0,               | 0    | 19,4     | 77,1                    | 349         |
|                  | Хлеб пшеничный                      | 1/30      | 2,37             | 0,3  | 14,5     | 71                      |             |
|                  | Хлеб ржаной                         | 1/20      | 1,32             | 0,24 | 6,68     | 34,6                    |             |

Старший повар Душойко И.А. Душойко И.А.

Медсестра Воропаева Л.И. Воропаева Л.И.