



СОГЛАСОВАНО

МБОУ Григорьевская СОШ

Директор

Гуляева С.Н.

УТВЕРЖДАЮ

ИП Савина М.П.

Индивидуальный предприниматель

Савина М.П.

Дата:

17.06.2025

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория:

7-12 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 10							
ЗАВТРАК	Каша "Дружба"	200	5,28	6,76	27,72	192,8	229
	Бутерброды с маслом (2-й вариант)	45	2,16	13,32	13,50	181,8	70
	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38	457
	Хлеб пшеничный формовой	60	4,56	0,48	29,52	140,4	573
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		505	12,20	20,66	80,04	553	
ОБЕД	Борщ с капустой и картофелем	250	4,88	7,98	12,05	139,45	95
	Котлеты или биточки рыбные	90	11,94	4,85	7,25	118,28	307
	Картофель отварной с маслом	200	5,52	10,28	20,58	196,2	152
	Овощи свежие (порциями)	30	0,54	0,03	1,41	8,4	148
	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47	82
	Компот из свежих плодов и ягод	200	0,16	0,16	13,90	56,7	486
	Хлеб пшеничный формовой	60	4,56	0,48	29,52	140,4	573
ИТОГО ЗА ОБЕД		930	28,00	24,18	94,51	706,43	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1435	40,20	44,84	174,55	1259,43	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1435	40,20	44,84	174,55	1259,43	