


 УТВЕРЖДАЮ:  
 Директор школы :  /М. М. Быкова/

## МЕНЮ

**на « 23 » сентября 2024 (6)**

| № рецептуры     | Наименование блюд                                 | Выход массы порции | Белки       | Жиры         | Углеводы      | Энергетическая ценность | Цена блюда   |
|-----------------|---|--------------------|-------------|--------------|---------------|-------------------------|--------------|
|                 | <b>Завтрак</b>                                    | <b>625</b>         | <b>15,9</b> | <b>13,42</b> | <b>107,84</b> | <b>608,5</b>            | <b>107,7</b> |
| <b>3-2004</b>   | Бутерброд с сыром                                 | 35                 | 5,3         | 3,7          | 7,2           | 83,3                    | <b>15,5</b>  |
| <b>311-2004</b> | Каша рисовая жидкая                               | 200                | 6,4         | 7,2          | 27            | 198                     | <b>23,4</b>  |
| <b>511-2013</b> | Компот из вишни                                   | 200                | 0,5         | 0,2          | 28,1          | 116,2                   | <b>6,0</b>   |
| <b>458-2006</b> | Фрукты в ассортименте (яблоко)                    | 130                | 0,6         | 1,5          | 19,9          | 86,5                    | <b>17,9</b>  |
|                 | Хлеб ржаной                                       | 20                 | 0,7         | 0,1          | 9,4           | 41,3                    | <b>1,9</b>   |
|                 | Хлеб пшеничный                                    | 40                 | 2,4         | 0,72         | 16,24         | 83,2                    | <b>3,8</b>   |
|                 | сок   |                    |             |              |               |                         | <b>22,0</b>  |
|                 | печенье   |                    |             |              |               |                         | <b>17,2</b>  |
|                 | <b>Обед</b>                                       | <b>800</b>         | <b>26,5</b> | <b>31,32</b> | <b>105,14</b> | <b>810,4</b>            | <b>138,4</b> |
| <b>4-2013</b>   | Салат из капусты белокочанной с морковью          | 80                 | 1,3         | 4,1          | 7,7           | 72,7                    | <b>12,8</b>  |
| <b>34-2004</b>  | Свекольник со сметаной                            | 250/5              | 2,5         | 4,9          | 16,2          | 118,9                   | <b>31,0</b>  |
| <b>157-2004</b> | Запеканка картофельная с мясом отварным, с маслом | 200/5              | 19,1        | 21,5         | 21,6          | 356,3                   | <b>64,0</b>  |
| <b>518-2013</b> | Сок в ассортименте                                | 200                | 0,5         | 0,0          | 34,0          | 138,0                   | <b>17,0</b>  |
|                 | Хлеб ржаной                                       | 20                 | 0,7         | 0,1          | 9,4           | 41,3                    | <b>1,9</b>   |
|                 | Хлеб пшеничный                                    | 40                 | 2,4         | 0,72         | 16,24         | 83,2                    | <b>3,8</b>   |
|                 | конфета   |                    |             |              |               |                         | <b>7,9</b>   |
|                 | Итого за день                                     |                    | <b>42,4</b> | <b>44,74</b> | <b>212,98</b> | <b>1418,9</b>           |              |