УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ № 15
"08" 09 2024 г.

меню

Наименование и номер школы № _____
Дата _____
День: _____
Неделя 1
Номер дня недели: 3
Возрастная категория: 7-11 лет

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Белки	Жиры	Углеводы	калорийность
	ЗАВТРАК					
1.	Салат из свеклы с огурцами солеными	60	0,70	1,00	2,60	22,20
2.	Митболы из говядины	90	15,55	18,67	8,06	191,86
3.	Макаронные изделия отварные с овощами	170	0,65	5,19	26,62	172,50
4.	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,20	61,50
5.	Хлеб пшеничный	25	1,49	0,18	10,54	55,81
6.	Хлеб ржаной	25	1,40	0,28	11,35	50,52
7.	Кондитерское изделие (печенье промышленного производства)	20	1,69	2,25	13,95	82,89
	Всего:	**590**	**21,61**	**27,59**	**88,32**	**637,28**
	ОБЕД					
1.	Салат из квашенной капусты	60	1,03	3,01	5,10	51,62
2.	Суп картофельный с бобовыми	200	4,40	4,21	12,00	118,60
3.	Гуляш из говядины	100	14,55	16,79	2,89	221,00
4.	Каша вязкая (гречневая)	150	8,85	5,15	39,80	243,75
5.	Кисель из сока плодового	200	0,31	0,00	39,40	158,84
6.	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30
7.	Хлеб ржаной	20	1,12	0,22	9,08	40,42
8.	Кисломолочный напиток	200	6,00	6,40	8,21	114,40
	Всего:	970	**38,64**	**36,07**	**133,34**	1037,92

Директор МБОУ СОШ № _____

Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания " _____

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ № 13
_____
"09" 09 2024 г.

меню

Наименование и номер школы № _____
Дата _____
День: _____
Неделя: 1
Номер дня недели: 3
Возрастная категория: 12 лет и старше

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Жиры	Белки	Углеводы	калорийность
	ЗАВТРАК					
1.	Салат из свеклы с огурцами солеными	100	1,17	1,67	4,33	37,00
2.	Митболы из говядины	100	10,31	15,13	8,95	213,18
3.	Макаронные изделия отварные с овощами	200	0,76	6,11	31,32	202,94
4.	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,20	61,50
5.	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30
6.	Хлеб ржаной	40	2,24	0,45	18,16	80,83
7.	Кондитерское изделие (печенье промышленного производства)	25	2,80	3,15	30,03	159,58
	Всего	**705**	**19,79**	**26,8**	**30,03**	**844,33**
	ОБЕД					
1.	Салат из квашенной капусты	100	1,42	4,17	7,00	71,17
2.	Суп картофельный с бобовыми	250	6,00	7,50	27,50	201,50
3.	Гуляш из говядины	120	17,46	20,15	3,47	265,2
4.	Каша вязкая (гречневая)	180	10,62	6,18	59,76	337,14
5.	Кисель из сока плодового	200	0,31	0,00	39,40	158,84
6.	Хлеб пшеничный	60	3,58	0,43	25,30	133,94
7.	Хлеб ржаной	40	2,24	0,45	18,16	80,83
8.	Кисломолочный напиток (кефир 2,5%)	200	6,00	6,40	8,21	114,40
	Всего	**1150**	**47,62**	**45,28**	**188,79**	**1363,02**

Директор МБОУ СОШ № _____

Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания" _____