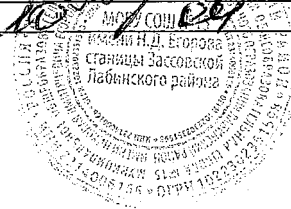


УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МБОУ СОШ № 1/15

" 10 / 09 / 2021 г.



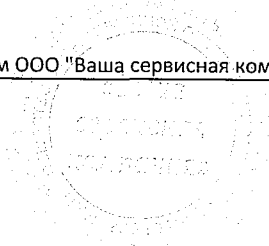
# МЕНЮ

Наименование и номер школы № \_\_\_\_\_  
 Дата \_\_\_\_\_  
 День: \_\_\_\_\_  
 Недель: \_\_\_\_\_ 2  
 Номер дня недели: \_\_\_\_\_ 7  
 Возрастная категория: \_\_\_\_\_ 7-11 лет

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
<b>ЗАВТРАК</b>						
1.	Салат из белокочанной капусты	60	0,78	1,90	3,87	36,24
2.	Рагу из птицы	175	12,56	11,72	15,20	216,52
3.	Кисель из сока плодового	200	0,31	0,00	39,40	158,84
4.	Хлеб ржаной	25	1,40	0,28	11,35	50,52
5.	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30
6.	Кисломолочный напиток (Кефир 2,5%)	200	6,00	6,40	8,21	114,40
	<b>Всего:</b>	<b>700</b>	<b>23,43</b>	<b>20,59</b>	<b>94,89</b>	<b>665,82</b>
<b>ОБЕД</b>						
1.	Овощи по-сезону(огурец соленый/ огурец свежий )	60	0,48	0,06	1,02	6,00
2.	Борщ с капустой и картофелем	200	1,44	3,93	8,75	106,76
3.	Рыба, тушенная с овощами	120	11,71	1,97	5,74	88,28
4.	Ризотто с овощами	150	3,50	4,22	31,07	257,20
5.	Компот из яблок	200	0,52	0,18	28,86	119,10
6.	Хлеб пшеничный	60	3,58	0,43	25,30	133,94
7.	Хлеб ржаной	20	1,12	0,22	9,08	40,42
	<b>Всего:</b>	<b>810</b>	<b>22,35</b>	<b>11,016</b>	<b>109,816</b>	<b>751,7</b>

Директор МБОУ СОШ № \_\_\_\_\_

Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания "



УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МБОУ СОШ № 13

" 10 " 09 2024 г.

# МЕНЮ

Наименование и номер школы № \_\_\_\_\_  
 Дата \_\_\_\_\_  
 День: \_\_\_\_\_  
 Неде \_\_\_\_\_ 2 \_\_\_\_\_  
 Номер дня недели: \_\_\_\_\_ 8 \_\_\_\_\_  
 Возрастная категория: \_\_\_\_\_ 12 лет и старше \_\_\_\_\_

№ п	Прием пищи, наименование блюда	выход в грамма х	Жиры	Белки	Углево ды	Калорийность
<b>ЗАВТРАК</b>						
1.	Салат из белокочанной капусты	100	1,30	3,16	6,45	61,23
2.	Рагу из птицы	230	16,51	15,40	19,98	284,57
3.	Кисель из сока плодового	200	0,31	0,00	39,40	158,84
4.	Хлеб ржаной	60	3,36	0,67	27,24	121,25
5.	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30
6.	Кисломолочный напиток (кефир 2,5%)	200	6,00	6,40	8,21	114,40
	Всего:	<b>830</b>	<b>29,86</b>	<b>25,92</b>	<b>118,14</b>	<b>829,58</b>
<b>ОБЕД</b>						
1.	Овощи по-сезону (огурец соленый/огурец свежий)	100	0,80	0,10	1,70	10,00
2.	Борщ с капустой и картофелем	250	2,50	6,25	16,80	133,45
3.	Рыба, тушенная с овощами	140	13,70	1,97	5,74	103,00
4.	Ризотто с овощами	180	4,20	5,06	37,28	308,60
5.	Компот из яблок	200	0,52	0,18	28,86	119,10
6.	Хлеб пшеничный	60	3,58	0,43	25,30	133,94
7.	Хлеб ржаной	40	2,24	0,45	18,16	80,83
	Всего:	<b>970</b>	<b>23,33</b>	<b>24,54</b>	<b>131</b>	<b>888,93</b>

Директор МБОУ СОШ № \_\_\_\_\_

Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания" \_\_\_\_\_

