

"Утверждаю"
 Директор МАОУ СОШ №24
 Т.М. Заостровных

МЕНЮ

Начальная школа 13а

18 сентября 2023 г.

Но-мер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле-воды, г	ЭЦ, ккал	Цена, руб	Доля, %
			всего	в т.ч.	всего	в т.ч.				
Обед										
46/3	Макаронные изделия отварные	200	7,07	0,04	3,97	0,88	45,48	245,3	13,95	
36/8	Тефтели из мяса говядины с рисом	100	13,14	11,72	13,25	0,19	12,79	221,2	62,24	
-	Хлеб пшеничный	40	3,17	0	0,28	0,28	24,85	114,8	3,23	
-	Хлеб ржаной	30	2,32	0	0,42	0,42	14,63	67,85	1,81	
-	Напиток с витаминами Витошка	200	0	0	0	0	18,95	70,71	6,60	
-	Яблоки	150	1,48	0	1,48	1,48	42,86	179,9	51,72	
Итого за 'Обед'			27,17	11,76	19,4	3,25	159,6	899,7	139,55	100,00
Итого за день			27,17	11,76	19,4	3,25	159,6	899,7	139,56	
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 7-11 лет)			26,95	0	27,65	0	117,3	822,5		
Отклонение			0,22	11,76	-8,25	3,25	42,3	77,16		
Содержание, % от калорийности			13		20		67			

Начальная коррекция 13а

18 сентября 2023 г.

Но-мер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле-воды, г	ЭЦ, ккал	Цена, руб	Доля, %
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.				
Завтрак										
11/4	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150	4,91	1,77	4,95	0,99	24,42	160,7	8,00	
-	Хлеб пшеничный	30	2,38	0	0,21	0,21	18,63	86,09	2,42	
-	Хлеб ржаной	30	2,32	0	0,42	0,42	14,63	67,85	1,81	
4/13	Сыр (порциями)	30	7,89	7,89	7,98	0	0	105,2	20,40	
36/10	Какао с молоком (вариант 2)	200	3,63	2,9	3,34	0	14,96	99,53	11,32	
-	Яблоки	150	1,48	0	1,48	1,48	42,86	179,9	51,72	
Итого за 'Завтрак'			22,6	12,56	18,39	3,1	115,5	699,2	95,67	45,47

Обед

46/3	Макаронные изделия отварные	150	5,3	0,03	2,98	0,66	34,11	183,9	10,46	
36/8	Тефтели из мяса говядины с рисом	100	13,14	11,72	13,25	0,19	12,79	221,2	62,24	
-	Хлеб пшеничный	40	3,17	0	0,28	0,28	24,85	114,8	3,23	
-	Хлеб ржаной	30	2,32	0	0,42	0,42	14,63	67,85	1,81	
-	Напиток с витаминами Витошка	200	0	0	0	0	18,95	70,71	6,60	
-	Яблоки	150	1,48	0	1,48	1,48	42,86	179,9	51,72	
Итого за 'Обед'			25,4	11,75	18,41	3,03	148,2	838,3	136,06	54,52
Итого за день			48	24,31	36,79	6,13	263,7	1538	231,75	
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 7-11 лет)			46,2	0	47,4	0	201	1410		
Отклонение			1,8	24,31	-10,6	6,13	62,69	127,6		
Содержание, % от калорийности			13		23		64			