



«Утверждено»
 Т.М. Засостровных
 МАУ СОШ № 24
 Директор

МЕНЮ

Начальная школа 13а

5 сентября 2023 г.

| Но-мер | Прием пищи, наименование изделия (блюдо) | Вы-ход, г | Белки, г | | Жиры, г | | Угле-воды, г | ЭЦ, ккал | Цена, руб | Доля, % | Вложен-ный сахар, г | Вложен-ная соль, г |
|--------|--|-----------|----------|---|---------|---|--------------|----------|-----------|---------|---------------------|--------------------|
| | | | г | г | г | г | | | | | | |

| | | | | | | | | | | | | |
|------|-----------------------------------|-----|-------|------|-------|-------|-------|--|---|------|--|--|
| 3/2 | Борщ с фасолью и сметаной | 200 | 2,75 | 4,45 | 13,31 | 99,11 | 6,69 | | 2 | 0,4 | | |
| - | Масо кур отварное | 10 | 2,36 | 2,23 | 0 | 29,55 | 5,52 | | 0 | 0 | | |
| 38/3 | Рис отварной | 150 | 3,81 | 5,33 | 39,94 | 223,6 | 10,05 | | 0 | 0,38 | | |
| 12/7 | Биточки рыбные из горбуши | 90 | 17,48 | 8,33 | 7,67 | 175,7 | 40,74 | | 0 | 0,45 | | |
| - | Хлеб пшеничный | 40 | 2,64 | 0,23 | 20,72 | 95,73 | 2,69 | | 0 | 0 | | |
| - | Хлеб ржаной | 30 | 1,98 | 0,36 | 12,51 | 58,01 | 1,55 | | 0 | 0 | | |
| 6/10 | Компот из сухофруктов (вариант 2) | 200 | 1,02 | 0,06 | 18,29 | 69,02 | 2,94 | | 5 | 0 | | |
| - | Яблоки | 122 | 0,49 | 0,49 | 14,15 | 59,39 | 17,08 | | 0 | 0 | | |

Итого за Обед

Итого за день

Содержание, % от калорийности

17 25 58

1,23

1,23

Начальная коррекция 13а

МЕНЮ

"Твержляно"
 Директор МАОВ СОИЛ №24
 Т.М. Заостровных

| Но-мер | Прием пищи, наименование (блюда) | Вы-ход, г | Белки, г | | Жиры, г | | Угле-воды, г | ЭЦ, ккал | Цена, % |
|--------|----------------------------------|-----------|----------|--------|---------|--------|--------------|----------|---------|
| | | | Всего | в т.ч. | Всего | в т.ч. | | | |

| | | | | | | | | | |
|-------|------------------|-----|-------|------|------|------|-------|-------|-------|
| 20/5 | Супле творожное | 150 | 25,69 | 26,2 | 21,5 | 3,13 | 23,98 | 393,6 | 16,77 |
| - | Молоко стученное | 10 | 0,72 | 0,72 | 0,85 | 0 | 5,55 | 31,74 | 2,90 |
| - | Хлеб пшеничный | 30 | 6,74 | 0 | 0,6 | 0,6 | 52,84 | 244,1 | 6,86 |
| - | Хлеб ржаной | 30 | 1,98 | 0 | 0,36 | 0,36 | 12,51 | 58,01 | 1,55 |
| | Джем | 20 | 0,1 | 0 | 0 | 0 | 14,52 | 55,58 | 4,03 |
| 27/10 | Чай (вариант 2) | 200 | 0,08 | 0 | 0,02 | 0,02 | 4,95 | 19,22 | 0,70 |
| - | Блоки | 122 | 0,49 | 0 | 0,49 | 0,49 | 14,15 | 59,39 | 17,08 |

Итого за 'Завтрак' 35,8 26,92 23,81 4,6 128,5 861,7 49,89 46,00

| | | | | | | | | | |
|------|----------------------------------|-----|-------|------|------|------|-------|-------|-------|
| 3/2 | Борщ с фасолью и сметаной | 200 | 2,75 | 0,1 | 4,45 | 4,26 | 13,31 | 99,11 | 6,69 |
| - | Масо кур отварное | 10 | 2,36 | 2,51 | 2,23 | 0 | 0 | 29,55 | 5,52 |
| 38/3 | Рис отварной | 150 | 3,81 | 0,05 | 5,33 | 0,54 | 39,94 | 223,6 | 9,60 |
| 12/7 | Биточки рыбные из поруши | 90 | 19,02 | 18 | 9,98 | 0,12 | 10,3 | 206,9 | 43,17 |
| - | Хлеб пшеничный | 40 | 8,99 | 0 | 0,79 | 0,79 | 70,45 | 325,5 | 9,15 |
| - | Хлеб ржаной | 30 | 1,98 | 0 | 0,36 | 0,36 | 12,51 | 58,01 | 1,55 |
| 6/10 | Компот из сухфруктов (вариант 2) | 200 | 1,02 | 0 | 0,06 | 0,06 | 18,29 | 69,02 | 2,94 |

Итого за 'Обед' 39,93 20,66 23,21 6,13 164,8 1012 78,62 54,00
 Итого за день 75,73 47,58 47,02 10,73 293,3 1873 128,52
 Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 7-11 лет) 46,2 0 47,4 0 201 1410
 Отклонение 29,53 47,58 -0,38 10,73 92,29 463,2
 Содержание, % от калорийности 17 23 60