

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

МЕНЮ

Начальная школа 13а

16 октября 2023 г.

Но- мер ре- ц.	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										
11/2	Рассольник с крупой и сметаной	200	2,14	0,13	4,77	4,34	15,72	112,3	9,51	
-	Мясо кур отварное	10	2,18	2,31	2,06	0	0	27,24	5,19	
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	12,85	11,43	13	0,19	12,79	217,9	60,87	
-	Хлеб пшеничный	40	2,89	0	0,25	0,25	22,61	104,5	2,94	
-	Хлеб ржаной	30	2,08	0	0,38	0,38	13,17	61,07	1,64	
-	Напиток с витаминами Витошка	200	0	0	0	0	18,95	70,71	6,60	
Итого за 'Обед'			27,45	13,91	23,5	5,82	117,4	777,7	97,21	100,00
Итого за день			27,45	13,91	23,5	5,82	117,4	777,7	97,21	

Содержание, % от
калорийности

15 28 58

Начальная коррекция 13а

16 октября 2023 г.

Но- мер ре- ц.	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 пшениная молочная с маслом сливочным	150	4,91	1,77	4,95	0,99	24,42	160,7	8,09	
-	Хлеб пшеничный	30	2,16	0	0,19	0,19	16,96	78,35	2,20	
-	Хлеб ржаной	30	2,08	0	0,38	0,38	13,17	61,07	1,64	
4/13	Сыр (порциями)	20	5,26	5,26	5,32	0	0	70,12	11,96	
-	Какао с молоком и витаминами Витошка	200	3,78	2,84	3,72	0	13,14	96,54	11,25	
-	Яблоки	150	0,6	0	0,6	0,6	17,4	73,02	21,75	
Итого за 'Завтрак'			18,8	9,87	15,2	2,16	85,08	539,8	56,89	40,97

Обед

11/2	Рассольник с крупой и сметаной	200	2,14	0,13	4,77	4,34	15,72	112,3	9,51	
-	Мясо кур отварное	10	2,18	2,31	2,06	0	0	27,24	5,19	
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	12,85	11,43	13	0,19	12,79	217,9	60,87	
-	Хлеб пшеничный	40	2,89	0	0,25	0,25	22,61	104,5	2,94	
-	Хлеб ржаной	30	2,08	0	0,38	0,38	13,17	61,07	1,64	
-	Напиток с витаминами Витошка	200	0	0	0	0	18,95	70,71	6,60	
Итого за 'Обед'			27,45	13,91	23,5	5,82	117,4	777,7	97,21	59,03
Итого за день			46,24	23,79	38,6	7,98	202,4	1317	154,10	

Содержание, % от
калорийности

15 27 58