

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

МЕНЮ

13 октября 2023 г.

Начальная школа 13а

Но- мер реп.	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										
39/2	Суп фасолевый	200	4,45	0	4,42	4,42	18,16	125,7	7,46	
-	Мясо кур отварное	10	2,21	2,35	2,09	0	0	27,67	5,27	
1/3	Картофель отварной	150	2,89	0,03	3,29	0,57	23,87	135,5	8,84	
5/9	Биточки (котлеты) рубленные из птицы	90	16,79	0,52	9,4	4	10,23	193	35,10	
-	Хлеб пшеничный	40	2,93	0	0,26	0,26	22,98	106,1	2,98	
-	Хлеб ржаной	30	2,12	0	0,39	0,39	13,38	62,05	1,67	
10/10	Компот из кураги	200	0,56	0	0,03	0,03	17,15	64,9	3,38	
-	Яблоки	160	0,64	0	0,64	0,64	18,56	77,89	23,20	
Итого за 'Обед'			32,6	2,9	20,5	10,31	124,3	792,8	87,90	100,00
Итого за день			32,6	2,9	20,5	10,31	124,3	792,8	87,92	
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 12 лет и старше)			31,5	0	32,2	0	134,1	952		
Отклонение			1,1	2,9	-11,7	10,31	-9,73	-159		
Содержание, % от калорийности			17		24		58			

Начальная коррекция 13а

13 октября 2023 г.

Но- мер реп.	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										
5/4	Каша манная молочная с маслом сливочным	150	4,2	1,78	4,31	0,24	23,37	147,8	7,34	
-	Хлеб пшеничный	30	2,2	0	0,19	0,19	17,23	79,61	2,24	
-	Хлеб ржаной	30	2,12	0	0,39	0,39	13,38	62,05	1,67	
-	Масло сливочное	10	0,08	0,08	7,25	0	0,13	66,06	7,49	
4/13	Сыр (порциями)	20	5,26	5,26	5,32	0	0	70,12	11,96	
-	Какао с молоком и витаминами Витошка	200	3,87	2,93	3,82	0	13,28	98,33	11,44	
Итого за 'Завтрак'			17,73	10,05	21,3	0,81	67,39	524	42,14	39,79

Обед

39/2	Суп фасолевый	200	4,45	0	4,42	4,42	18,16	125,7	7,46	
-	Мясо кур отварное	10	2,21	2,35	2,09	0	0	27,67	5,27	
1/3	Картофель отварной	150	2,89	0,03	3,29	0,57	23,87	135,5	8,84	
5/9	Биточки (котлеты) рубленные из птицы	90	16,79	0,52	9,4	4	10,23	193	35,10	
-	Хлеб пшеничный	40	2,93	0	0,26	0,26	22,98	106,1	2,98	
-	Хлеб ржаной	30	2,12	0	0,39	0,39	13,38	62,05	1,67	
10/10	Компот из кураги	200	0,56	0	0,03	0,03	17,15	64,9	3,38	
-	Яблоки	160	0,64	0	0,64	0,64	18,56	77,89	23,20	
Итого за 'Обед'			32,6	2,9	20,5	10,31	124,3	792,8	87,90	60,21
Итого за день			50,33	12,95	41,8	11,13	191,7	1317	130,04	
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 12 лет и старше)			54	0	55,2	0	229,8	1632		
Отклонение			-3,67	12,95	-13,4	11,13	-38,09	-315		
Содержание, % от калорийности			16		30		54			