

Утверждаю
Директор: **Е. В. Литвякова**

Меню приготавливаемых блюд на 20.03.2025г

Возрастная категория: 1-4 классы

Прием пищи	Наименование	Вес	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	N рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
	блюда	блюда					
Неделя 1 День 4							
завтрак	Каша «Дружба» молочная с маслом	200	6,2	8,6	42,7	284,3	3
	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	14,0	28,0	20
итого за завтрак			6,4	8,6	56,7	312,3	
обед	Винегрет	100	1,36	6,18	8,44	94,8	
	Борщ	250	1,81	4,91	125,25	102,5	30,37
	Макароны отварные	200	17,54	18,7	115,86	673,02	31
	Котлета	90	8,69	22,84	1,8	247,15	16
	Компот	200	0,04	0,0	24,76	94,2	24
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,4	69,6	14
	Фрукт -груша -яблоко -банан -апельсин	200	0,8 0,8 3,0 1,8	0,6 0,8 1,0 0,4	19,6 20,3 38,0 16,2	91,0 88,0 189,0 77,52	19 4 19 4
	Кондитерское изделие	20	1,18	0,94	15	73,2	40
итого за обед			34,24 34,24 36,44 35,24	54,65 48,58 48,98 48,38	323,81 324,81 342,51 320,71	1398,77 1395,77 1496,77 1385,29	

Утверждаю
Директор: Е. В. Литвякова

Меню приготавливаемых блюд на 20.03.2025г
Возрастная категория: 5-11 классы

Прием пищи	Наименование	Вес	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	N рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 4	блюда	блюда					
завтрак	Каша «Дружба» молочная с маслом	200	6,2	8,6	42,7	284,3	6
	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	14,0	28,0	20
итого за завтрак			6,4	8,6	56,7	312,3	
обед	Винегрет	100	1,36	6,18	8,44	94,8	
	Борщ	250	1,81	4,91	125,25	102,5	30,37
	Макароны отварные	200	17,54	18,7	115,86	673,02	31
	Котлета	90	8,69	22,84	1,8	247,15	16
	Компот	200	0,04	0,0	24,76	94,2	24
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,4	69,6	14
итого за обед			32,26	47,04	291,98	1234,59	