



Утверждаю.

Директор школы:

М.В. Дударева

2024 г.

### Меню на 24.03.2024 г.

Возрастная категория: 7-11 лет.

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценности	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
<b>ЗАВТРАК</b>														
121/2008г	Каша гречневая на молоке (вязкая)	180	5,40	8,46	27,90	209,34	0,144	0,0	0,0	1,62	21,60	129,60	88,20	2,88
2/2013г	Бутерброд с джемом	55	2,49	3,93	27,56	155,57	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	хлеб пшеничный	40	<b>3,08</b>	<b>0,32</b>	<b>19,8</b>	<b>94,40</b>	<b>0,05</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,44</b>	<b>8,00</b>	<b>26,00</b>	<b>5,60</b>	<b>0,44</b>
149/2008г	Какао с молоком	200	4,90	5,00	32,50	194,60	0,06	0,54	0,04	0,40	172,20	178,40	24,80	1,00
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:</b>		<b>15,87</b>	<b>17,71</b>	<b>107,76</b>	<b>653,91</b>	<b>0,25</b>	<b>0,54</b>	<b>0,04</b>	<b>2,46</b>	<b>201,80</b>	<b>334,00</b>	<b>118,60</b>	<b>4,32</b>
<b>ОБЕД</b>														
17/2008	Салат из квашеной капусты	60	1	3,00	5,54	47,82	0,00	15,00	0,0	0,00	27,20	0,00	8,57	0,37
47/2008	Суп картофельный с бобовыми	200	4,96	8,45	17,84	145,92	116,7	3,68	0,008	0,00	46,59	95,77	26,90	22,88
92/2008г	Картофельное пюре	180	3,78	8,10	26,28	193,14	0,18	6,66	0,04	0,18	48,60	100,80	36,00	1,26
73/2008г	Зразы из говядины с яйцом	90	19,17	20,79	5,13	284,31	0,08	4,23	0,01	0,72	27,90	113,40	23,40	1,35
141/2008г	Соус томатный	30	0,78	2,88	2,82	40,32	0,0	0,39	0,0	0,0	0,01	0,0	0,0	0,10
	Хлеб пшеничный	20	1,54	0,16	9,9	47,20	0,022	0,0	0,0	0,22	4,00	13,00	9,80	0,22
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,78	42,38	0,04	0,0	0,0	0,28	7,00	31,60	9,40	0,78
153/2008г	Компот из смеси сухофруктов	180	0,54	0,0	28,26	111,60	0,009	0,68	0,0	0,46	18,36	18,68	22,95	21,38
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД:</b>		<b>33,09</b>	<b>43,60</b>	<b>104,55</b>	<b>912,69</b>	<b>117,06</b>	<b>30,64</b>	<b>0,06</b>	<b>1,86</b>	<b>179,66</b>	<b>373,25</b>	<b>137,02</b>	<b>48,34</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>48,96</b>	<b>61,31</b>	<b>212,31</b>	<b>1566,60</b>	<b>117,31</b>	<b>31,18</b>	<b>0,10</b>	<b>4,32</b>	<b>381,46</b>	<b>707,25</b>	<b>255,62</b>	<b>52,66</b>

Утверждаю.

Директор школы:

М.В. Дударева

«24» 04 2024 г.



**Меню на 24.03.2024 г.**

Возрастная категория: 11 лет и старше.

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценности	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
<b>ОБЕД</b>														
29/2008	Салат картофельный с квашеной капустой	100	1,30	7,60	9,70	107,00	0,00	8,65	0,0	0,00	17,67	0,00	17,50	0,66
47/2008	Суп картофельный с бобовыми	250	6,20	5,60	22,30	167,00	0,3	18,10	0,35	0,10	51,90	183,60	34,10	2,70
92/2008г	Картофельное пюре	180	3,78	8,10	26,28	193,14	0,18	6,66	0,04	0,18	48,60	100,80	36,00	1,26
73/2008г	Зразы из говядины с яйцом	100	21,30	23,10	5,70	315,90	0,09	4,70	0,01	0,80	31,00	126,00	26,00	1,50
141/2008г	Соус томатный	30	0,78	2,88	2,82	40,32	0,0	0,39	0,0	0,0	0,01	0,0	0,0	0,10
	Хлеб пшеничный	30	2,31	0,24	14,85	70,80	0,033	0,0	0,0	0,33	6,00	19,50	14,70	0,33
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,33	13,17	63,57	0,05	0,0	0,0	0,42	10,50	47,40	14,10	1,17
153/2008г	Компот из сухофруктов	180	0,54	0,0	28,26	111,60	0,009	0,68	0,0	0,46	18,36	18,68	22,95	21,38
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД:</b>			<b>38,19</b>	<b>47,85</b>	<b>123,08</b>	<b>1069,33</b>	<b>0,68</b>	<b>39,18</b>	<b>0,40</b>	<b>2,29</b>	<b>184,04</b>	<b>495,98</b>	<b>165,35</b>	<b>29,10</b>