

УТВЕРЖДАЮ  
 Директор школы \_\_\_\_\_ Такмурзина О.Н.  
 МБОУ «СОШ №1 им. В.П. Полякова»



**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
02.02.2024г.

Возрастная категория: 7-11 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 2 День 10							
Завтрак	Рыба тушеная в томате с овощами	90	13	7	6	133	№ 54-11р
	Горошница	150	15	1	34	205	№ 51-21г
	Соус красный основной	50	2	1	5	35	№ 54-3соус
	Чай с сахаром	200	0	0	6	27	№54-2гн
	Хлеб пшеничный	60	5	1	30	141	ГОСТ 26983-2015
	Хлеб ржаной	40	3	1	13	68	ГОСТ 26983-2015
Итого за завтрак							
Второй завтрак	Сок	200	1	1	12	53	№ 54-25Хн
Итого за второй завтрак							
Обед	Салат из свеклы отварной	60	1	3	5	46	№ 51-13з
	Суп с рыбными консервами	200	6	7	13	135	№ 54-27с
	Яйцо вареное	60	5	4	0	57	№ 54-6о
	Рис отварной	150	4	5	36	204	№54-6
	Гуляш из говядины	90	14	13	3	186	№ 54-2м
	Сок	200	0	0	14	57	№ 54-25Хн
	Фрукты	100	1	1	12	53	ТР ТС 021/2011
	Хлеб пшеничный	50	5	1	30	141	ГОСТ 26983-2015

УТВЕРЖДАЮ  
 Директор школы \_\_\_\_\_ Такмурзина О.Н.  
 МБОУ «СОШ №1 им. В.П. Полякова»

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
02.02.2024г.



Возрастная категория: 12 лет и старше

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 2 День 10							
Завтрак	Рыба тушеная в томате с овощами	90	13	7	6	133	№ 54-11р
	Пюре гороховое	200	10.8	8.33	45.76	300	№4
	Соус красный основной	50	2	1	5	35	№ 54-3соус
	Чай с сахаром	200	0	0	6	27	№54-2гн
	Хлеб пшеничный	60	5	1	30	141	ГОСТ 26983-2015
	Фрукт	100	1	1	12	53	ТР ТС 021/2011
Итого за завтрак							
Второй завтрак	Яблоко	100	0.4	0.4	9.8	44.4	ТР ТС 021/2011
Итого за второй завтрак							
Обед	Салат из свеклы отварной	100	1	3	5	46	№ 51-13з
	Суп с рыбными консервами	250	6	7	13	135	№ 54-27с
	Картофель тушёный с мясом	200	16.2 8	9	33	351	№ 52
	Кисель	200	0	0	24.6	91	№384
	Кондитерское изделие	50	1.2	1.45	21	108	ГОСТ 24901-2014
	Хлеб пшеничный	40	5	1	30	141	ГОСТ 26983-2015