



Директор школы

Такмурзина О.Н.

МБОУ «СОШ №1 им. В.П. Полякова»



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ  
05.02.2024г.

Возрастная категория: 12 лет и старше

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 1 День 1							
Завтрак	Каша гречневая рассыпчатая	100	6	4	24	156	№ 54-4г
	Гуляш из говядины	90	14	13	3	186	№ 54-2 м
	Чай с сахаром и лимоном	200	0	0	7	28	№54-3гн
	Хлеб пшеничный	60	5	1	30	141	ГОСТ 26983-2015
	Фрукты	140	1	0	11	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 моркови и яблок	100	0.7	8.1	5.7	99	№54-11з
	Борщ с фасолью	200	3	5	12	107,5	№ 54-19с
	Картофель тушеный с мясом	200	16.2 8	9	33	351	№52
	Сок	200	0.13	0.02	15.2	62	№61
	Хлеб пшеничный	40	2.6	0.5	13.4	24	ГОСТ 26983-2015
	Кондитерское изделие	50	1.2	1.45	21	108	ГОСТ 24901-2014