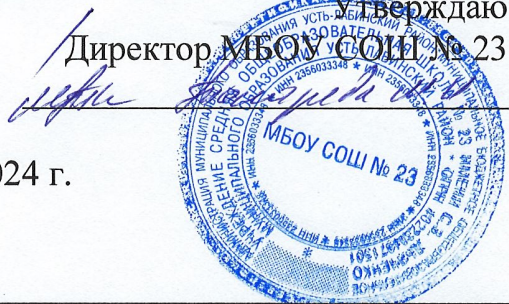


Утверждаю  
 Директор МБОУ СОШ № 23



Меню на 22.02 2024 г.

**Возрастная категория от 7 до 11 лет**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энер. цен-ть	№ рец.	Цена, руб
			Белки	Жиры	Углеводы			
<b>День 4</b>								
ЗАВТРАК	Рыба, тушеная в томате с овощами (минтай или хек) (завтрак) 100/40	140	8,02	8,45	4,54	125,93	229	54,51
	Рис отварной (завтрак)	90	2,30	3,59	24,03	137,64	304	13,05
	Какао с молоком	200	3,88	3,10	25,06	147,36	382	15,05
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	64,08	Н	2,02
	Хлеб ржаной	20	0,94	0,14	9,96	42,8	Н	1,37
	Фрукты св, (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338	13,00
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>540</b>	<b>17,91</b>	<b>15,98</b>	<b>87,88</b>	<b>564,81</b>		<b>98,99</b>

<b>Возрастная категория от 12 до 18 лет</b>								
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энер. цен-ть	№ рец.	Цена, руб
			Белки	Жиры	Углеводы			
<b>День 4</b>								
ЗАВТРАК	Рыба, тушеная в томате с овощами (минтай или хек) 100/60	160	10,13	10,07	6,81	158,22	229	56,58
	Рис отварной (завтрак)	100	2,56	3,99	26,70	152,93	304	13,25
	Какао с молоком	200	3,88	3,10	25,06	147,36	382	15,05
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	117	Н	3,36
	Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,94	64,2	Н	1,91
	Фрукты св, (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338	13,00
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>580</b>	<b>22,33</b>	<b>18,27</b>	<b>107,46</b>	<b>676,71</b>		<b>103,16</b>

Ст. повар

*Handwritten signature*

Н.В. Зарипова