Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №17
Л.В.Коломейцева

# МЕНЮ

## ДЕНЬ8 19.10.2021.

## Возрастная категория 12-18 лет

### ЗАВТРАК

| приём пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества ( г ) | | | Энергетическая ценность | № рецептуры Тех.Карты | № по Сборнику рецептур |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | белки Б | жиры Ж | углеводы У | | | |
| неделя 2 -я **День 8-й** | Тефтели рыбные (минтай) | 100 / 20 | 9,905 | 9,66 | 14,115 | 183,02 | 14 | 239/11 |
| | Картофельное пюре / / Икра кабачковая | 110 / 75 | 2,273<br>2,048 | 6,715<br>5,39 | 13,19<br>10,91 | 122,29<br>100,34 | 6 | 128-73/11 |
| | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,662 | 0,09 | 25,135 | 104,00 | 24 | 349/11 |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 2,625 | 0,355 | 20,397 | 95,28 | 20 | Пром.пр. |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1,695 | 0,36 | 12,555 | 60,24 | 19 | Пром.пр. |
| **итого за завтрак** | | | **19,21** | **22,57** | **96,301** | **665** | **суммарный объём порций гр.** | **585** |
| **Норма по СанПин** | | | **22,50** | **23,00** | **95,75** | **680,00** | | |

### ОБЕД

| приём пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества ( г ) | | | Энергетическая ценность | № рецептуры Тех.Карты | № по Сборнику рецептур |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | белки Б | жиры Ж | углеводы У | | | |
| неделя 2 -я **День 8 -й** | Суп из овощей | 250 | 5,588 | 5,988 | 9,178 | 112,96 | 10 | 99/11 |
| | Тефтели мясные | 115 / 20 | 11,143 | 9,448 | 15,879 | 193,12 | 17 | 278/11 |
| | Картофельное пюре / / икра кабачковая | 120 / 60 | 2,657<br>1,638 | 6,436<br>4,312 | 22,612<br>8,73 | 159,00<br>80,27 | 26 | 128-73 / 11 |
| | Сок фруктовый (яблочный) | 200 | 1 | 0 | 20,92 | 87,68 | 42 | 389/11 |
| | Хлеб пшеничный | 70 | 3,57 | 0,595 | 33,105 | 152,06 | 33 | Пром.пр. |
| | Хлеб ржанной | 40 | 2,26 | 0,48 | 16,74 | 80,32 | 32 | Пром.пр. |
| | Фрукты свежие ( яблоко ) | 100 | 0,4 | 0,40 | 9,8 | 44,40 | 38 | 338/11 |
| **итого за обед** | | | **28,26** | **27,659** | **136,961** | **910** | **суммарный обьём порций гр.** | **975** |
| **Норма по СанПин** | | | **31,50** | **32,20** | **134,05** | **952,00** | | |

Зав.производством *Агаджанова*