Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №17
_____ Л.В.Коломейцева

# МЕНЮ

## ДЕНЬ10 21.10.2021.

**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 10-й** | Овощи свежие (огурец) | 70 | 0,49 | 0,07 | 1,33 | 7,91 | 2 | 71/11 |
| | Запеканка картофельная с мясом | 165 / 35 | 16,563 | 22,13 | 21,92 | 353,09 | 11 | 284/11 |
| | Кисель ассорти фруктовое | 200 | 0,31 | 0 | 29,400 | 118,84 | 27 | 359/11 |
| | 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. |
| | Фрукты свежие (яблоко ) | 80 | 0,32 | 0,32 | 7,84 | 35,52 | 22 | 338 / 11 |
| **итого за завтрак** | | | **22,0029** | **23,2** | **93,44** | **670,9** | **суммарный объём порций гр.** | **630** |
| **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 10 -й** | Суп картофельный с клёцками | 250 | 6,067 | 5,855 | 13,5 | 130,96 | 12 | 108-109/11 |
| | овощи свежие (огурец) | 60 | 0,42 | 0,06 | 1,14 | 6,78 | 27 | 71 /11 |
| | Запеканка картофельная с мясом | 180 / 20 | 17,63 | 25,13 | 24,52 | 394,75 | 15 | 284/11 |
| | Кисель ассорти фруктовое | 200 | 0,31 | 0 | 39,40 | 158,84 | 45 | 359/11 |
| | Хлеб пшеничный | 70 | 3,57 | 0,595 | 33,105 | 152,06 | 33 | Пром.пр. |
| | Хлеб ржаной | 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** | | | **30,656** | **32,5** | **138,20** | **968,1** | **суммарный объем порций гр.** | **920** |
| **Норма по СанПин** | | | **31,50** | **32,20** | **134,05** | **952,00** | | |

Зав.производством *Агаджанова*