

«Утверждаю»

ДИРЕКТОР МОУ СОШ № 2 им. В.А. Коновалова «
городского округа ЗАТО Светлый Саратовской области
Л.В. АНИКИНА

МЕНЮ « 10 « июня 2024 год

Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
	7л-11л	12-17 л	белки	жиры	углеводы		
ЗАВТРАК 9.30 -10-00							
Каша « ДРУЖБА»	1/250	1/250	8,26	11,66	30	226	260
Яйцо вареное	1/40	1/40	4,8	4,4	16,3	117	267
Батон нарезной	1/50	1/50	3,8	1,5	16,7	102	576
Чай с лимоном	1/208	1/208	0,5	0,1	16,1	65,2	459
Итого за завтрак	548	548	17,36	17,66	79,1	510,2	
ОБЕД 13-00 - 13-30							
Салат из белокочанный капусты	1/100	1/100	1,45	5,5	8,4	70,1	1
Борщ с капустой и картофелем	1/250	1/250	2,2	7,0	9,7	115,4	128
Каша гречневая рассыпчатая	1/180	1/180	9,2	7,8	51,4	315	237
Гуляш из говядины (с соусом)	1/70/5 0	1/70/50	15,5	12,6	40,2	206,2	367
Хлеб пшеничный нарезной	1/56	1/56	4,5	1,8	30,9	157,2	573
Хлеб столичный нарезной	1/36	1/36	2,8	0,5	19,8	92,8	574
Компот из смеси сухофруктов	1/200	1/200	0,6	0,0	22,7	93,2	508
Итого за обед	942	942	36,25	35,2	183,1	974,7	
ВСЕГО	1490	1490	53,61	52,86	262,2	1484,9	