

«Утверждаю»

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

Л.В. АНИКИНА



**МЕНЮ « 29 « июня 2024 год**

Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
	7л-11л	12-17	белки	жиры	углеводы		
<b>ЗАВТРАК 9.30 -10-00</b>							
Каша из хлопьев овсяных «геркулес»	1/250	1/250	10,4	15,8	46	367,8	234
Батон нарезной	1/50	1/50	3,8	1,5	16,7	102	576
Напиток из цикория с молоком	1/200	1/200	4,5	3,7	18,1	124	467
<b>Итого за завтрак</b>	<b>500</b>	<b>500</b>	<b>18,7</b>	<b>21</b>	<b>808</b>	<b>593,8</b>	
<b>ОБЕД 13-00 -13-30</b>							
Овощи натуральные /огурец свежий /	1/100	1/100	0,8	0,1	2,2	14,0	106
Суп с крупой /пшено/	1/250	1/250	2,5	6,2	14,6	123,6	155
Макаронные изделия отварные	1/200	1/200	6,7	7,1	46,7	277,3	291
Биточки припущенные	1/100	1/100	18,8	16,7	64	455	412
Компот из смеси сухофруктов	1/200	1/200	0,6	0,0	22,7	93,2	508
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
<b>Итого за обед</b>	<b>942</b>	<b>942</b>	<b>36,7</b>	<b>3 2,4</b>	<b>200,9</b>	<b>1213,1</b>	
<b>всего</b>	<b>1442</b>	<b>1442</b>	<b>55,4</b>	<b>53,4</b>	<b>281,7</b>	<b>1806,9</b>	