

«Утверждаю»

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

**МЕНЮ «30» МАЯ 2024 ГОДА**



| Наименование<br>блюда                                 | Вес блюда   |             | Пищевые вещества |             |              | Энергетическая<br>ценность | №<br>рецептуры |
|---|-------------|-------------|------------------|-------------|--------------|----------------------------|----------------|
|   | 7л-11л      | 12-17       | белки            | жиры        | углеводы     |                            |                |
| <b>ЗАВТРАК 9.30 -10-00</b>                            |             |             |                  |             |              |                            |                |
| Запеканка из<br>творога<br>/сгущенка/                 | 1/260       | 1/260       | 40,4             | 27          | 37,5         | 554,1                      | 279            |
| Батон<br>нарезной                                     | 1/50        | 1/50        | 3,8              | 1,5         | 16,7         | 102                        | 576            |
| Кисель из<br>концентрата<br>плодового или<br>ягодного | 1/200       | 1/200       | 0,2              | 0,1         | 12,3         | 50,8                       | 503            |
| Сок фруктовый<br>упаковке                             | 1/200       | 1/200       | 0,4              | 0,1         | 5,1          | 37                         | 501            |
| <b>Итого за<br/>завтрак</b>                           | <b>710</b>  | <b>710</b>  | <b>44,8</b>      | <b>28,7</b> | <b>71,6</b>  | <b>743,9</b>               |                |
| <b>ОБЕД 13-00 -13-30</b>                              |             |             |                  |             |              |                            |                |
| Салат из<br>белокочанной<br>капусты                   | 1/100       | 1/100       | 1,45             | 5,5         | 8,4          | 70,1                       | 1              |
| Суп<br>картофельный<br>с бобовыми                     | 1/250       | 1/250       | 8,9              | 5,4         | 23,1         | 176,4                      | 144            |
| Картофельное<br>пюре                                  | 1/180       | 1/180       | 4,2              | 8,9         | 28,4         | 190                        | 429            |
| Рыба тушеная<br>с овощами                             | 1/140       | 1/140       | 14,4             | 7,7         | 6,8          | 153,9                      | 299            |
| Хлеб<br>пшеничный<br>нарезной                         | 1/56        | 1/56        | 4,5              | 1,8         | 30,9         | 157,2                      | 573            |
| Хлеб<br>столичной<br>нарезной                         | 1/36        | 1/36        | 2,8              | 0,5         | 19,8         | 92,8                       | 574            |
| Напиток из<br>шиповника                               | 1/200       | 1/200       | 0,7              | 0,3         | 12,4         | 54,5                       | 496            |
| <b>Итого за обед</b>                                  | <b>962</b>  | <b>962</b>  | <b>37,15</b>     | <b>30,1</b> | <b>129,8</b> | <b>894,9</b>               |                |
| <b>Всего</b>  | <b>1672</b> | <b>1672</b> | <b>81,95</b>     | <b>58,8</b> | <b>201,4</b> | <b>1638,8</b>              |                |