

Утверждаю  
Директор МБОУ «Матвеевская ООШ»  
\_\_\_\_\_ Ю.М. Доронин

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ  
23.10.2024г.

Возрастная категория: 7-11 лет

| Приём пищи         | Наименование блюда         | Вес блюда | Пищевые вещества |      |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|--------------------|----------------------------|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|
|                    |                            |           | белки            | жиры | углеводы |                         |             |
| Неделя 2<br>День 3 |                            |           |                  |      |          |                         |             |
| Завтрак            | Каша гречневая рассыпчатая | 100       | 5.5              | 4.2  | 24       | 155.8                   | 54-4г       |
|                    | Котлета из говядины        | 75        | 13.7             | 13   | 12.3     | 221.4                   | 54-4м       |
|                    | Компот из свежих яблок     | 180       | 0.1              | 0.1  | 8.9      | 37.4                    | 54-32хн     |
|                    | Хлеб пшеничный             | 30        | 2,3              | 0,2  | 14,8     | 70,3                    | пром        |
|                    | Яблоко                     | 115       | 0.5              | 0.5  | 11.3     | 51.1                    | пром        |
| Итого за завтрак   |                            | 500       | 22.1             | 18   | 71.3     | 536                     |             |