

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
 «АКСАКОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»
 461605 Оренбургская область, Бугурусланский район, с. Аксаково, пер. Дорожный 8
 телефон: 53-1-49, e – mail: shkola-aksakowo@mail.ru



Утверждаю
 Директор школы: /В.А.Ивлиев/

МЕНЮ
 на «10» октября 2024 года.

День 8. Возрастная категория: от 7 до 11 лет

| Прием пищи | Раздел меню | № рецептуры | Название блюда | Масса г. | Белки г. | Жиры г. | Углеводы г. | Калорийность ккал |
|----------------|-------------|-------------|--|-------------|-------------|-------------|--------------|-------------------|
| Завтрак | | 54-1з | Сыртвердых сортов внарезке | 15 | 3.5 | 4.4 | 0 | 53.7 |
| | Гор.блюдо | 54-20к | Каша жидкая молочная гречневая | 200 | 7.1 | 5.8 | 26.7 | 187.3 |
| | Гор.напиток | 54-23гн | Кофейный напиток с молоком | 200 | 3.9 | 2.9 | 11.2 | 86 |
| | Хлеб | Пром. | Хлеб пшеничный | 45 | 3.4 | 0.4 | 22.1 | 105.5 |
| | | Пром. | Хлеб ржаной | 25 | 1.7 | 0.3 | 8.4 | 42.7 |
| | Фрукт | Пром. | Яблоко | 120 | 0.5 | 0.5 | 11.8 | 53.3 |
| | | | Итого за Завтрак | 605 | 20.1 | 14.3 | 80.2 | 528.5 |
| Обед | Закуска | 54-34з | Салат картофельный с морковью и зеленым горошком | 60 | 1.7 | 4.3 | 6.2 | 70.3 |
| | 1 блюдо | 54-2с | Борщ с капустой и картофелем со сметаной | 200 | 4.7 | 5.7 | 10.1 | 110.4 |
| | Гарнир | 54-21г | Горошница | 150 | 14.5 | 1.3 | 33.8 | 204.8 |
| | 2 блюдо | 54-7м | Шницель из говядины | 90 | 16.4 | 15.7 | 14.8 | 265.7 |
| | | 54-3соус | Соус красный основной | 20 | 0.7 | 0.5 | 1.8 | 14.1 |
| | Напиток | 54-32хн | Компот из свежих яблок | 200 | 0.2 | 0.1 | 9.9 | 41.6 |
| | Хлеб бел. | Пром. | Хлеб пшеничный | 30 | 2.3 | 0.2 | 14.8 | 70.3 |
| | Хлеб черн. | Пром. | Хлеб ржаной | 15 | 1 | 0.2 | 5 | 25.6 |
| | | | Итого за Обед | 765 | 41.5 | 28 | 96.4 | 802.8 |
| | | | Итого за день | 1370 | 61.6 | 42.3 | 176.6 | 1331.3 |