

Утверждаю  
Директор МБОУ «Уранская ООШ»  
\_\_\_\_\_ О.П.Лялюкова

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ  
25.12.2024г.



Возрастная категория: 7-11 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 2 День 3							
Завтрак	Сыр твердых сортов в нарезке	10	2,3	3	0	35,8	54-1з
	Рагу из овощей	150	2,9	7,5	13,6	133,3	54-9г
	Биточек из говядины	75	13,7	13	12,3	221,4	54-6м
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	54-1хн
	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,8	пром
	Кондитерское изделие	30	0,2	0	23,9	97	пром
Итого за завтрак		505	22,6	23,8	89,3	662,3	

Утверждаю

Директор МБОУ «Уранская ООШ»  
\_\_\_\_\_ О.П.Лялюкова

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ  
25.12.2024г.



Возрастная категория: 12 лет и старше

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 2 День 3							
Завтрак	Сыр твердых сортов в нарезке	10	2,3	3	0	35,8	54-1з
	Рагу из овощей	200	3,8	10	18,2	177,8	54-9г
	Биточек из говядины	100	18,2	17,4	16,4	295,2	54-6м
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	54-1хн
	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,8	пром
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4	пром
Итого за завтрак		650	28,2	31,1	83,9	728	
Второй завтрак	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4	пром
Итого за второй завтрак		100	0,4	0,4	9,8	44,4	