

СОГЛАСОВАНО  
Директор МАОУ СОШ №47



В.С. Бобров

УТВЕРЖДАЮ  
Директор ООО "ШТУМ"



А.А. Штукарь

## Меню

на

11.01.2024г.

Возрастная категория:

Школьники (1-4 классы)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энерг. ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углев. оды		
<b>День 4</b>							
ЗАВТРАК	Салат из свежих помидоров	40	0,30	2,47	1,96	31,08	23
	Котлеты Домашние с соусом	90	11,16	15,67	10,54	227,19	*271гс/3
	Макаронные изделия отварные	150	5,93	1,11	36,54	179,55	202
	Чай с молоком	200	1,42	1,26	14,80	75,34	378
	Хлеб пшеничный обогащенный йодоказеином	50	8,31	11,47	3,54	150,49	б/н
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>530</b>	<b>27,12</b>	<b>31,98</b>	<b>67,38</b>	<b>663,65</b>	
ОБЕД	Винегрет овощной	60	0,82	6,08	3,97	74,56	67
	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне со сметаной	200	6,02	10,18	7,48	147,04	88
	Плов из птицы	200	18,94	23,42	36,04	432,82	291м
	Компот из ягод с/мор	200	0,20	0,08	25,44	102,16	342
	Хлеб пшеничный обогащенный йодоказеином	30	2,40	0,60	16,50	81	б/н
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	0,96	91,96	б/н
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>730</b>	<b>30,62</b>	<b>40,80</b>	<b>90,39</b>	<b>929,54</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1260</b>	<b>57,74</b>	<b>72,78</b>	<b>157,77</b>	<b>1593,19</b>	

СОГЛАСОВАНО  
 Директор МАОУ СОШ №47

В.С. Бобров



А.А. Штукарь

## Меню

на 11.01.2024г.

Возрастная категория:

Школьники (5-11 классы)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энерг. ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углев. оды		
<b>День 4</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	Салат из свежих помидоров	50	0,38	3,09	2,45	38,85	23
	Котлеты Домашние с соусом	100	12,40	17,41	11,71	252,43	*271гс/331
	Макаронные изделия отварные	180	7,11	1,33	43,85	215,46	202
	Чай с молоком	200	1,42	1,26	14,80	75,34	378
	Хлеб пшеничный обогащенный йодоказеином	60	9,97	13,76	4,25	180,58	б/н
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>590</b>	<b>31,28</b>	<b>36,85</b>	<b>77,06</b>	<b>762,66</b>	
<b>ОБЕД</b>	Винегрет овощной	100	1,36	10,14	6,62	124,27	67
	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне со сметаной	250	7,52	12,73	9,35	183,8	88
	Плов из птицы	230	21,78	26,93	41,45	497,74	291м
	Компот из ягод с/мор	200	0,20	0,08	25,44	102,16	342
	Хлеб пшеничный обогащенный йодоказеином	40	3,20	0,80	22,00	108	б/н
	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,80	0,55	1,20	114,95	б/н
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>870</b>	<b>36,86</b>	<b>51,23</b>	<b>106,06</b>	<b>1130,92</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1460</b>	<b>68,14</b>	<b>88,08</b>	<b>183,12</b>	<b>1893,58</b>	

*L*