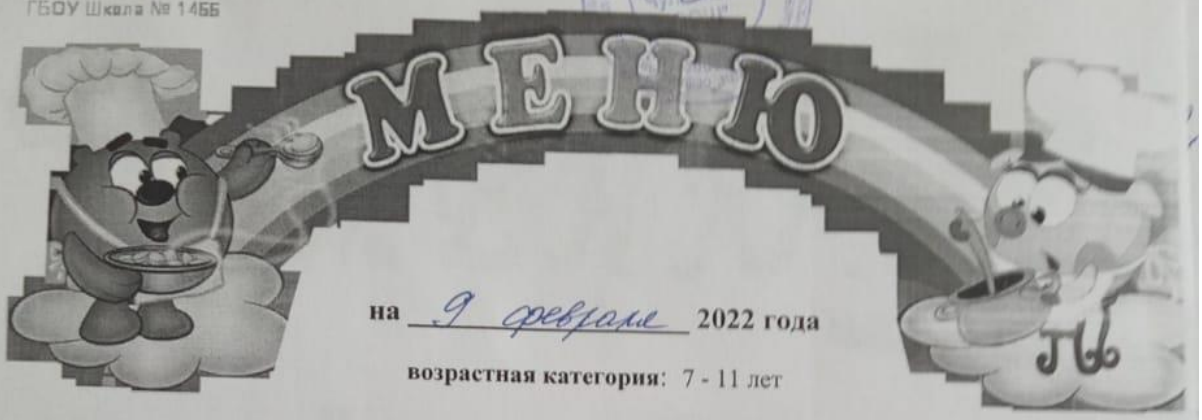
**Утверждаю:**

Директор школы

_____ Ермолаева Е.Б.

ГБОУ Школа № 1455




**на** 9 февраля **2022 года**

**возрастная категория:** 7 - 11 лет

| прием пищи | Наименование блюда | вес блюда | пищевые вещества | | | энергет. ценность (ккал) | № рецептуры |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | белки | жиры | углеводы | | |
| ЗАВТРАК | Огурец в нарезке. | 10 | 0,6 | 0,1 | 2 | 11,3 | |
| | Плов из отв. говядины. | 150 | 11,5 | 11,6 | 28,8 | 265,8 | |
| | Компот из сухофруктов. | 200 | 1 | 0,1 | 15,6 | 66,9 | |
| | Хлеб в ассортименте. | 30 | 2 | 0,4 | 11,9 | 58,7. | |
| | Мандарины. | 100 | 0,7 | 0,1 | 7,8 | 35 | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| **Итого за завтрак** | | 560. | 15,8 | 12,3 | 66,1 | 437,7. | |

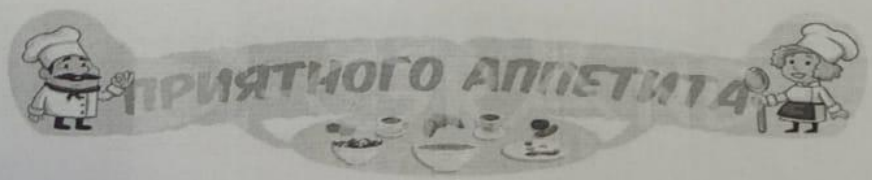
**Утверждаю:**

Директор школы

_____ Ермолаева Е.Б.

# СЕГОДНЯ В МЕНЮ

**на** 09 февраля **2022 года**

**возрастная категория:** 11 лет и старше

| прием пищи | Наименование блюда | вес блюда | пищевые вещества | | | энергет. ценность (ккал) | № рецептуры |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | белки | жиры | углеводы | | |
| ОБЕД | Винегрет с раст. масл. | 100 | 1,2 | 9 | 6,7 | 111,9 | |
| | Суп овощной с фрикадельк. | 250 | 10,8 | 5,4 | 17,4 | 161,2 | |
| | Макароны отвар. | 150 | 5,3 | 5,5 | 32,8 | 202 | |
| | Гуляш из говядины | 120 | 20,4 | 20,4 | 4,7 | 283,6 | |
| | Сок фруктовый об. | 200 | 1 | 0,2 | 20,2 | 86,6 | |
| | Хлеб в ассортим. | 60 | 4 | 0,7 | 23,8 | 117,4 | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| **Итого за обед** | | 880 | 42,7 | 41,2 | 105,6 | 962,7 | |
| **среднее значение за день** | | | | | | | |