

Дата: 04.06.25

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор МБОУ "Араданская ОШ"

О.Г. Веселкова



Меню  
для детей школьного возраста  
11-18 лет  
МБОУ "Араданская ОШ"

| Прием пищи    | наименование блюда            | Выход блюда (г) | пищевые вещества (г) |              |              | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептуры   |
|---------------|-------------------------------|-----------------|----------------------|--------------|--------------|--------------------------------|---------------|
|               |                               |                 | Б                    | Ж            | У            |                                |               |
| <b>ДЕНЬ 2</b> |                               |                 |                      |              |              |                                |               |
| Завтрак       | щи из св капусты с картофелем | 250             | 1,60                 | 5,00         | 11,50        | 97,40                          | 88            |
|               | тефтели мясные                | 100             | 14,90                | 19,10        | 8,90         | 267,10                         | 268           |
|               | изделия макаронные отварные   | 180             | 6,48                 | 4,68         | 43,74        | 243,18                         | 309           |
|               | хлеб пшеничный                | 30              | 2,40                 | 0,40         | 12,60        | 63,60                          | гп            |
|               | яйцо                          | 40              | 5,10                 | 4,60         | 0,30         | 63,00                          | 209           |
|               | чай с сахаром                 | 200             | 0,10                 | 0,00         | 15,00        | 61,00                          | 376           |
|               | <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>          |                 |                      | <b>30,58</b> | <b>33,78</b> | <b>92,04</b>                   | <b>795,28</b> |

Меню  
для детей школьного возраста  
6-10 лет  
МБОУ "Араданская ОШ"

| Прием пищи    | наименование блюда            | Выход блюда (г) | пищевые вещества (г) |              |              | Энергетическая ценность | № рецептуры   |
|---------------|-------------------------------|-----------------|----------------------|--------------|--------------|-------------------------|---------------|
|               |                               |                 | Б                    | Ж            | У            |                         |               |
| <b>ДЕНЬ 2</b> |                               |                 |                      |              |              |                         |               |
| Завтрак       | щи из св капусты с картофелем | 200             | 1,28                 | 2,10         | 7,30         | 77,92                   | 88            |
|               | тефтели мясные                | 80              | 7,75                 | 6,20         | 7,12         | 213,68                  | 268           |
|               | изделия макаронные отварные   | 150             | 3,40                 | 3,90         | 28,08        | 202,65                  | 309           |
|               | хлеб пшеничный                | 30              | 1,50                 | 0,40         | 12,74        | 63,60                   | гп            |
|               | яйцо                          | 40              | 5,10                 | 4,60         | 0,30         | 63,00                   | 209           |
|               | чай с сахаром                 | 200             | 0,10                 | 0,00         | 15,00        | 61,00                   | 376           |
|               | <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>          |                 |                      | <b>19,13</b> | <b>17,20</b> | <b>70,54</b>            | <b>681,85</b> |