

	Организация: МАОУ "Софиевская СОШ"					Утверждаю Директор МАОУ «Софиевская СОШ» Н.Г. Климова	
	Название меню: 5-11 класс 2024-25						
	Возрастная категория: от 12 до 18 лет						
	Характеристика питающихся: Без особенностей						
	Срок действия меню: 02.09.2024 - 28.02.2025						
<u>Ежедневное меню на</u> <u>07 ноября 2024г</u>							
№ рецептур ы	Название блюда	Мас са	Белк и	Жиры	Углев оды	Энергетиче ская ценность	Цена
		г	г	г	г	ккал	Руб.
	Четверг, 1 неделя						
	Завтрак						
54-11з	Салат из моркови и яблок	60	0.5	6.1	4.3	74.3	4,9
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	30	7	8.9	0	107.5	6,5
54-6г	Рис отварной	150	3.6	4.8	36.4	203.5	7,65
54-11р	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	90	12.5	6.7	5.7	132.5	11,23
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0.2	0.1	6.6	27.9	2,72
Пром.	Хлеб пшеничный	80	6.1	0.6	39.4	187.5	3,45
	Итого за Завтрак	610	29.9	27.2	92.4	733.2	36,45
	Итого за день	610	29.9	27.2	92.4	733.2	36,45

Повар Поляных Л.И. Полянских