

УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МБОУ СОШ № 32 Коромасов В.А.  
 " 03 " 09 202 г.



# МЕНЮ

Наименование и номер школы № 32  
 Дата 14.09.24  
 День: \_\_\_\_\_  
 Неделя \_\_\_\_\_ 2 \_\_\_\_\_  
 Номер дня недели: 12  
 Возрастная категория: 12 лет и старше

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Жиры	Белки	Углево ды	Калори йность
<b>ЗАВТРАК</b>						
1.	Яйцо отварное	40	5,08	4,60	0,81	63,00
2.	Каша манная молочная	250	8,25	10,41	43,86	211,39
3.	Чай черный с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,46
4.	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30
5.	Фрукты свежие (Яблоко кубанское)	120	0,50	0,50	12,25	55,50
		<b>650</b>	<b>16,28</b>	<b>15,82</b>	<b>88,78</b>	<b>479,65</b>
<b>ОБЕД</b>						
1.	Салат из свеклы с огурцами солеными	100	1,17	1,67	4,33	37,00
2.	Щи из квашенной капусты	250	1,69	5,36	8,70	89,75
3.	Гуляш из говядины	120	17,46	20,15	3,47	265,2
4.	Картофельное пюре	180	3,72	5,82	24,78	166,33
5.	Кисель из сока плодового	200	0,31	0,00	39,40	158,84
6.	Хлеб пшеничный	60	3,58	0,43	25,30	133,94
7.	Хлеб ржаной	40	2,24	0,45	18,16	80,83
8.	Фрукты свежие (Яблоко кубанское)	120	1,80	1,80	25,20	115,20
		<b>1070</b>	<b>31,96</b>	<b>35,67</b>	<b>149,34</b>	<b>1047,10</b>

Директор МБОУ СОШ № 32 Коромасов В.А.  
 Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания" \_\_\_\_\_



8  
12  
7,1