

МЕНЮ на 12.09.2022г.

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества/г				Энергет. ценность	Витамины
			Б	Ж	У			
1	2	3	4	5	6	7	8	

Вариант 1

Сборник рецептов блюд при общепитании.

школах под редакцией В.Т.Лапиной 2004 Сборник

рецептур В.А.Тутельяна 2011

Завтрак

182/2017м	Каша молочная жидкая из хлопьев овсяных с сахаром и маслом	200	7,10	11,66	40,25	295,45	1,17	
399/2017м	Блинчики с повидлом	70	3,15	1,68	21,95	115,62	0,03	
701/2010м	Хлеб пшеничный	30	2,31	0,72	16,02	79,80	0,00	
338/2017м	Фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	
376/2017м	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	0,3	
Итого		600	13,03	14,48	103,02	597,87	11,5	

Повар

Н.И.Лясина

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МКОУ Микро-Ольховской

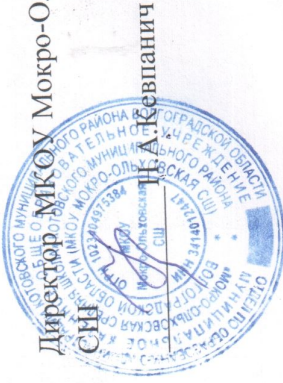
СШ

Н.А.Кевлянич



УТВЕРЖДАЮ:

Директор МКОУ Мокро-Ольховской



МЕНЮ на 12.09.2022г. (ОВЗ)

Обед

№ рец. по сбор	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерг. ценность
			Б	Ж	У	
71/2017м	Огурец свежий	100	0,58	0,08	0,158	10
103/2011м	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,75	2,75	20,12	117,5
493/2004л	Птица тушеная в сметанном соусе	100	8,697	8,133	2,836	119
171/2017м	Каша рассыпчатая пшеничная	180	7,99	11,003	47,06	316,8
699/2004л	Напиток лимонный	200	0,1	0	24,2	93
701/2017м	Хлеб пшеничный	40	3,75	1,86	17,47	110
702/2010	Хлеб ржано-пшеничный	40	22,8	0,45	17,4	87,6
	Итого	910	46,667	24,276	129,244	853,9

Повар

Н.И.Ляпина