

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МКОУ Микро-Ольховской  
СПШ

Н.А.Кевпанич



МЕНЮ на 19.09.2022г.

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

**Вариант 6**

**Сборник рецептур блюд при общеобразоват.  
школах под редакцией В.Т.Лапшиной 2004 Сборник  
рецептур В.А.Тутельяна 2011**

**Завтрак**

101/2004л	Икра кабачковая консервированная	60	0,976	0,96	6,16	62,4	0
295/2017м	Биточки, котлеты курные с соусом сметанным с луком	100/20	10,18	11,33	7,07	147,85	1,5
203/2017м	Макароны отварные с маслом	150	5,73	6,07	31,98	205,50	0,00
376/2017м	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	0,3
701/2010м	Хлеб пшеничный	30	2,31	0,72	16,02	79,80	0,00
	<b>Итого</b>	<b>560</b>	<b>19,266</b>	<b>19,1</b>	<b>76,23</b>	<b>555,55</b>	<b>1,8</b>

Повар  Н.И.Ляпина



УТВЕРЖДАЮ:

Директор МКОУ Мокро-Ольховской  
СШ

Н.А.Кевпанич

МЕНЮ на 19.09.2022г. (ОВЗ)

Обед

№ рец. по сбор	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерг. ценность
			Б	Ж	У	
33/2011м	Свекла отварная с растительным маслом	100	1,42	6,08	8,36	93,8
139/2004л	Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	6,2	5,6	22,3	167
289/2017м	Рагу с птицей	240	18,1	16,92	20,84	303,08
342/2011м	Компот из свежих плодов	200	0,1	0,2	27,5	112,7
701/2010м	Хлеб пшеничный	40	3,24	0,4	19,52	96,8
702/2010м	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,53	0,45	17,4	87,6
	Итого	870	31,59	29,65	115,92	861,01

Повар  Н.И.Ляпина