

УТВЕРЖДАЮ:



Директор МКОУ Мокро-Ольховской

СШ Мокро-Ольховская

Н.А.Кевлянич

МЕНЮ на 15.10.2022г. 1-4 классы

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

**Вариант 7**

**Завтрак**

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

181/2017м	Каша молочная жидкая манная, с сахаром и маслом	200	5,55	9,74	38,50	264,55	1,17	26,00
399/2017м	Блинчики с повидлом	70	3,15	1,68	21,95	115,62	0,03	16,00
701/2010м	Хлеб пшеничный	30	2,31	0,72	16,02	79,80	0,00	5,09
338/2017м	Фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	15
377/2017м	Чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0,02	15,2	62	0,3	15
	<b>Итого</b>	<b>600</b>	<b>11,54</b>	<b>12,56</b>	<b>101,47</b>	<b>568,97</b>	<b>11,5</b>	<b>77,09</b>

Н.И.Лясина

Повар



МЕНЮ на 15.10.2022г. 5-11 классы

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

**Вариант 7**

**Завтрак**

Сборник рецептур блюд при общеобразоват.

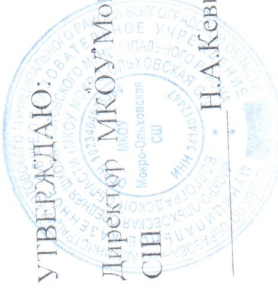
школах под редакцией В.Т.Лапшиной 2004 Сборник

рецептур В.А.Тутельяна 2011

181/2017м	Каша молочная жидкая манная, с сахаром и маслом	250	6,93	12,82	48,13	330,68	1,46	26,00
399/2017м	Блинчики с повидлом	70	3,15	1,68	21,95	115,62	0,03	16,00
701/2010м	Хлеб пшеничный	40	3,08	0,96	21,36	106,40	0,00	5,09
338/2017м	Фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	15,00
377/2017м	Чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0,02	15,2	62	0,3	15,00
	<b>Итого</b>	<b>660</b>	<b>13,69</b>	<b>15,88</b>	<b>116,44</b>	<b>661,7</b>	<b>11,79</b>	<b>77,09</b>

Повар

Н.И.Ляпина



УТВЕРЖДАЮ:  
 Директор МКОУ Мокро-Ольховской  
 СПН  
 Н.А.Кевланич

МЕНЮ на 15.11.2022г. (ОВЗ)

Обед

№ рец. по сбор	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерг. ценность
			Б	Ж	У	
101/2004п	Икра кабачковая	100	1,6	16,26	10,53	104
103/2017м	Суп картофельный с макаронными изделиями и птицей	250/10	5,16	3,69	17,535	133,45
229/2017м	Рыба тушеная с овощами	100	9,75	4,96	3,8	105
171/2017м	Каша рисовая рассыпчатая с маслом	180	4,37	8,99	44,6	279,81
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	920	<b>26,75</b>	<b>34,95</b>	<b>140,9</b>	<b>919,4</b>

Повар Н.И.Ляпина