

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МКОУ Мокро-Ольховской

СШ

Н.А.Кевпанич

МЕНЮ на 30.01.2022г. 1-4 КЛАССЫ

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества/г				Энергет. ценность	Витамины	цена руб.
			Б	Ж	У	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	100	1,63	2,82	8,72	0,67	16
295/2017м	Биточки, котлеты куриные	90	9,16	10,2	6,36	133,06	30
332/2017м	Соусом сметанный с луком	20	0,32	1,17	1,41	17,5	4
203/2017м	Макароньы отварные с маслом	150	5,40	4,90	32,80	196,80	15
376/2017м	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	15
701/2010м	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,14	5,54
	ИТОГО						85,54

Повар

Н.И.Ляпина



МЕНЮ на 30.01.2023г. 5-11 КЛАССЫ

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

Вариант 6

Сборник рецептур блюд при общепитании. Школа под редакцией В.Т.Лапиной 2004 Сборник рецептур В.А.Тутельяна 2011

Завтрак

101/2004л	Икра кабачковая консервированная	100	1,63	2,82	8,72	67	0	16
295/2017м	Биточки, котлеты куриные	100	10,18	11,33	7,07	148	1,5	30
203/2017м	Соус сметанный с луком	20	0,32	1,17	1,41	17,5	0,25	4
376/2017м	Макаронные отварные с маслом	180	6,48	5,88	39,36	196,80	0,00	15
701/2010м	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	0,3	15
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	96,52	0,00	5,54
	ИТОГО							85,54

Повар Н.И.Лясина

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МКОУ Мокро-Ольховской
СШ

Н.А.Кевпанич

МЕНЮ на 30.01.2023г. (ОВЗ)

Обед

№ рец. по сбор	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерг. ценность	Цена
			Б	Ж	У		
139/2004л	Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	5,49	6,15	16,53	8	
54-12м/2022н	Плов из птицы	250	15,68	24,32	22,2	30	
349/2017м	Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,147	15	
701/2010м	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	3	
702/2010м	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,36	0,66	29,64	2	
	Итого					58,00	

Повар

Н.И.Лягина