



УТВЕРЖДАЮ:

Директор МКОУ Мокро-Ольховской
СПШ

Н.А.Кевпанич

МЕНЮ на 31.01.2023г. 1-4 классы

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

Вариант 7

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

Завтрак

181/2017м	Каша молочная жидкая манная, с сахаром и маслом	200	6,30	7,97	18,88	172,45	1,17		28,00
399/2017м	Блинчики с повидлом	70	2,83	4,56	18,11	124,8	0,03		17,00
701/2010м	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	95,52	0,00		6,54
338/2017м	Фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	10,00		18
382/2017м	Какао с молоком	200	4,07	4,6	12,6	108,1	0,3		16
	Итого								85,54

Н.И.Ляпина

Повар

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МКОУ Мокро-Ольховской
СШ

Н.А.Кевпанич

МЕНЮ на 31.01.2023г. 5-11 классы

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

Вариант 7

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

Завтрак

181/2017м	Каша молочная жидкая манная, с сахаром и маслом	250	7,87	9,96	23,6	172,45	1,17	28,00
399/2017м	Блинчики с повидлом	70	2,83	4,56	18,11	124,80	0,03	17,00
701/2010м	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	117	0,00	6,54
338/2017м	Фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	18,00
382/2017м	Какао с молоком	200	4,07	4,6	12,6	108	0,3	16,00
	Итого							85,54

Н.И.Ляпина

Повар

УТВЕРЖДАЮ:
 Директор МКОУ Мокро-Ольховской
 СШ
 Н.А.Кевпанич

МЕНЮ на 31.01.2023г. (ОВЗ)

№ рец, по сбор	Наименование блюд	Вес блюда	Обед			Энерг.ценность	Цена
			Б	Ж	У		
54-28с/2022н	Борщ с капустой и картофелем	250	1,8	4,92	10,93	103,75	8,00
229/2017м	Рыба тушеная с овощами	100	13,00	17,26	5,88	219,9	23,00
171/2017м	Каша рисовая рассыпчатая с маслом	180	7,08	8,4	48,72	299,4	10,00
377/2017м	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,2	62	13,00
701/2010м	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	2,00
702/2010м	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,8	0,55	24,7	114,95	2,00
	Итого						58,00

Повар
 Н.И.Ляпина