

УТВЕРЖДАЮ



Директор МКОУ Мокро-Ольховской

СШ

Н.А.Кевпанич

МЕНЮ на 13.03.2022г. 1-4 КЛАССЫ

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

**Вариант 6**

**Сборник рецептов блюд при общепитании.  
школах 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	<b>16,00</b>
295/332/2017м	Биточки, котлеты курные	90	9,16	10,2	6,36	133,06	1,5	<b>30,00</b>
332/2017м	Соусом сметанный с луком	20	0,32	1,17	1,41	17,5	0,25	<b>4,00</b>
203/2017м	Макаронны отварные с маслом	150	5,40	4,90	32,80	196,80	0,00	<b>15,00</b>
376/2017м	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	0,3	<b>15,00</b>
701/2010м	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,14	0,00	<b>5,54</b>
	<b>ИТОГО</b>	<b>590</b>	<b>18,95</b>	<b>19,41</b>	<b>78,78</b>	<b>544,5</b>	<b>2,05</b>	<b>85,54</b>

Повар

Н.И.Лясина

МЕНЮ на 13.03.2023г. 5-11 КЛАССЫ



№ рец. 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 рецептов блюд при общепитании. Школа под редакцией В.Т.Лапиной 2004 Сборник рецептов В.А.Тутельяна 2011**

**Завтрак**

101/2004л	Икра кабачковая консервированная	100	1,63	2,82	8,72	67	0	<b>16,00</b>
295/332/2017м	Биточки, котлеты курные	100	10,18	11,33	7,07	147,85	1,5	<b>30,00</b>
332/2017м	Соус сметанный с луком	20	0,32	1,17	1,41	17,5	0,25	<b>4,00</b>
203/2017м	Макаронные отварные с маслом	180	6,48	5,88	39,36	236,16	0,00	<b>15,00</b>
376/2017м	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	0,3	<b>15,00</b>
701/2010м	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	96,52	0,00	<b>5,54</b>
	<b>ИТОГО</b>	<b>640</b>	<b>21,84</b>	<b>21,62</b>	<b>90,88</b>	<b>625,03</b>	<b>2,05</b>	<b>85,54</b>

Повар


Н.И.Ляпина



МЕНЮ на 13.03.2023г. (ОВЗ)

**Обед**

№ рец. по сбор	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерг. ценность	Цена
			Б	Ж	У		
54-25с/2022н	Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	5,49	6,15	16,53	136,25	8,00
54-12м/2022н	Плов из птицы	250	15,68	24,32	22,2	337	30,00
349/2017м	Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,14	132,8	15,00
701/2010м	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,9	3,00
702/2010м	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,36	0,66	29,64	137,94	2,00
	<b>Итого</b>	<b>810</b>	<b>29,14</b>	<b>31,72</b>	<b>124,66</b>	<b>860,89</b>	<b>58,00</b>

  
 Повар

Н.И.Ляпина