


УТВЕРЖДАЮ:  
 директор МКОУ Мокро-  
 Ольховской СПЦ  
 Н.А.Кевланич



**10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием (завтрак) обучающихся возрастной группы 7-11 лет на 04.05.2023г.**

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена руб	вес блюда	Пищевые вещества/г/		Энергет. ценность ккал	Витамины (мг)
				Б	Ж		
1	2	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет

неделя 1 / день 4

Сборник рецептов под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г 544с;  
 Сборник рецептов и кулинарных изданий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. Под редакцией В.Т. Лашиной.-М. 2004- 640с; Таблицы Химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник,-М.; Де.Ли Принт, 2008.-276с. Скурутин И.М., Тутельман

**Завтрак**

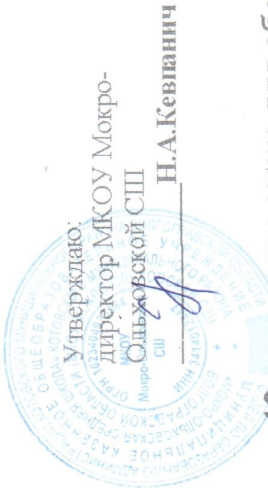
52/2017м	свекла отварная с растительным маслом	15	60	0,89	5,41	7,43	55,68	6,65
234/2017м	котлета рыбная (минтай)	30	90	11,78	4,68	6,74	116,20	0,34
331/2017с	соус сметанный с томатом	3	20	0,34	0,99	1,40	16,02	0,26
171/2017м	каша рисовая рассыпчатая с маслом	16	150	3,70	4,80	36,50	203,50	0,00
701/2010м	хлеб пшеничный	5,54	30	2,37	0,30	14,49	70,14	0,00
377/2017м	чай с сахаром и лимоном	16	200	0,13	0,02	15,2	62	1,33
	<b>Итого</b>	<b>85,54</b>	<b>560</b>	<b>19,21</b>	<b>16,2</b>	<b>81,76</b>	<b>523,54</b>	<b>8,58</b>



Утверждаю:  
 директор МКОУ Мокро-  
 Ольховской СШ  
 Н.А.Кевланич

**10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием (завтрак) обучающихся возрастной группы  
 12-18 лет на 04.05.2023г.**

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена руб	Выход	Пищевые вещества/г/		Эн.ценность		Витамины	
				Б	У	Ж	У	ккал	г
1	2	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет
<b>неделя 1 / день 4</b>									
<b>Сборник рецептур под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г 544с; Сборник рецептур и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах . Под редакцией В.Т. Лапиной.-М. 2004- 640с; Таблицы Химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник,-М.; Де-Ли Принт, 2008.-276с. Скурутин И.М., Тутельман В.А</b>									
52/2017м	свекла отварная с растительным маслом	15	100	1,48	6,01	8,26	92,8	6,65	
234/2017м	котлета рыбная (мингай)	30	100	13,09	5,20	7,48	129,11	0,34	
331/2017с	соус сметанный с томатом	3	20	0,34	0,99	1,40	16,02	0,26	
171/2017м	каша рисовая рассыпчатая с маслом	16	180	4,43	5,76	43,80	244,50	0,00	
701/2010м	хлеб пшеничный	5,54	40	3,16	0,40	19,32	96,52	0,00	
377/2017м	чай с сахаром и лимоном	16	200	0,13	0,02	15,2	62	1,33	
	<b>Итого</b>	<b>85,54</b>	<b>640</b>	<b>22,63</b>	<b>18,38</b>	<b>95,46</b>	<b>640,95</b>	<b>8,58</b>	



Утверждаю:  
 директор МКОУ Мокро-  
 Сельской СШ  
 Н.А.Кевлянич

**10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет на 04.05.2023г.**

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб	вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества/г/		Энергет. ценность ккал 12-18 лет
				Б 12-18 лет	Ж 12-18 лет	
1	2		12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет

неделя 1 / день 4

Сборник/рецептур под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г 544с; Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах . Под редакцией В.Т. Лашинной.-М. 2004- 640с; Таблицы Химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник,-М.; ДеЛи Принт, 2008.-276с. Скурутин И.М., Тутельман В.А

Обед						
54-17с\2022н	Суп овощной со сметаной	9	250/10	2,02	6,31	106,16
259\2017м	Жаркое по домашнему	30	250	22,62	23,4	396,87
349\2017м	Компот из сухофруктов	15	200	0,66	0,09	132,8
701\2010м	Хлеб пшеничный	2	40	3,16	0,4	93,52
702\2010 м	Хлеб ржано-пшеничный	2	60	3,36	0,66	137,94
	<b>Итого за обед</b>	<b>58,00</b> □	<b>810</b>	<b>31,82</b>	<b>30,86</b>	<b>867,29</b>