



**10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным горячим питанием обучающихся 1-4 классов  
на 07.09.2023г.**

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

неделя 1 / день 4

**Завтрак**

Сборник рецептов 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. Лапиной.-М. 2004- 640с; Таблицы Химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник.-М.; ДеЛи Принт, 2008.-276с. Скурутин И.М., Тутельман В.А

188/2021м	Запеканка рисовая с творогом и молоком стученным	58,00	200	14,7	15,4	43,77	372,48
338/2017м	Фрукт свежий (яблоко)	22,00	100	0,4	0,4	9,8	47,0
701/2010м	Хлеб пшеничный	5,35	30	2,37	0,3	14,49	70,14
54-2гн/2022н	Чай с сахаром	15,00	200	0,07	0,02	15	60
	<b>Итого</b>	<b>100,35</b>	<b>580</b>	<b>21,21</b>	<b>19,97</b>	<b>94,00</b>	<b>642,74</b>

Утверждаю:



директор МКОУ Мокро-Ольховской СШ

Н.А.Кевпанич

**10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным горячим питанием обучающихся 5-11 классов на 07.09.2023г.**

№ рец по сбор.	Наименование блюда	Цена	Выход	Б	Ж	У	Эн. ценность
				12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет
1	2		12-18 лет	лет	лет	лет	лет

неделя 1 / день 4

**Сборник рецептов 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. Лапиной.-М. 2004- 640с; Таблицы Химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник,-М.; ДеЛи Принт, 2008.-276с. Скурутин И.М., Тутельман В.А**

188/2021м	Запеканка рисовая с творогом и молоком стуженным	58,00	250	18,37	19,25	54,71	465,6
338/2017м	Фрукт свежий (яблоко)	22,00	100	0,4	0,4	9,8	17,0
701/2010м	Хлеб пшеничный	5,35	30	2,37	0,3	14,49	70,14
54-2гн/2022н	Чай с сахаром	15,00	200	0,07	0,02	15	60
	Итого	<b>100,35</b>	<b>580</b>	<b>21,21</b>	<b>19,97</b>	<b>94,00</b>	<b>642,74</b>



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

**10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся ОВЗ на 07.09.2023г.**

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

неделя 1 / день 4

Сборник рецептов 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. Лапиной.-М. 2004- 640с; Таблицы Химического состава и колорийности российских продуктов питания: Справочник,-М.; ДеЛи Принт, 2008.-276с. Скурутин И.М., Тутельман В.А

**2-й завтрак**

389/2017м	Сок фруктовый		150	0,075	0	15,15	63,6
п.т.	Вареники с картофелем со сметаной		150	6,3	2,9	44,1	227,7