



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

**10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным горячим питанием обучающихся 1-4 классов  
 на 08.09.2023г.**

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

**неделя 1 / день 5**

**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

52/2017м	Свекла отварная с растительным маслом	15,00	60	0,84	3,6	4,96	55,68
291/2017м	Плов с птицей	60,00	200	13,54	12,46	25,20	269,60
701/2017м	Хлеб пшеничный	5,35	50	3,95	0,5	24,14	116,90
389/2017м	Сок фруктовый	20,00	200	1	0	24,62	136,48
	<b>Итого</b>	<b>100,35</b>	<b>510</b>	<b>19,33</b>	<b>16,56</b>	<b>78,93</b>	<b>578,66</b>



**10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным горячим питанием обучающихся 5-11 классов на 08.09.2023г.**

директор МКОУ Мокро-Ольховской СШ  
Н.А.Кевланич

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

неделя 1 / день 5

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

52/2017м	Свекла отварная с растительным маслом	15,00	100	1,4	6,0	8,27	92,8
291/2017м	Плов с птицей	60,00	200	13,54	12,46	25,20	269,60
701/2017м	Хлеб пшеничный	5,35	50	3,95	0,5	24,15	116,9
389/2017м	Сок фруктовый	20,00	200	1	0	24,62	136,48
	<b>Итого</b>	<b>100,35</b>	<b>550</b>	<b>19,89</b>	<b>18,96</b>	<b>82,24</b>	<b>615,78</b>



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

**10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся ОВЗ на 08.09.2023г.**

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

неделя 1 / день 5

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							
п.т.	Молоко		150	4,4	3,8	7,2	81,0
403/2017м	Оладьи с яблоком и стученным молоком		150	9,55	9,71	54,58	343,91