



**10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным горячим питанием обучающихся 1-4 классов
на 15.09.2023г.**

№ 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		7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет

неделя 2 / день 10

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**

67/2017	Винегрет овощной		60	0,78	2,70	4,62	45,60
77/4/2022	Котлеты печеночные из п./ф. высокой степени готовности		100/5	12,83	12,97	10,27	209,13
125/2017м	Картофель отварной с маслом		150	3,03	5,94	20,98	157,50
54/3-гн/2022н	Чай с сахаром и лимоном		200	0,13	0,02	15,2	62
701/2010м	хлеб пшеничный		50	3,95	0,5	24,15	116,90
	Итого		565	20,72	22,13	75,22	591,13



директор МКОУ Мокро-Ольховской СШ

Н.А.Кевпанич

10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным горячим питанием обучающихся 5-11 классов на 15.09.2023г.

№ 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 2 / день 10

**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 колорийности российских продуктов питания: Справочник,-М.; ДеЛи Принт, 2008.-276с. Скурутин И.М., Тутельман В.А**

67/2017	Винегрет овощной		100	1,30	4,50	7,70	76,00
77/4/2022	Котлеты печеночные из п./ф. высокой степени готовности		100/5	12,83	12,97	10,27	209,13
125/2017м	Картофель отварной с маслом		150	3,03	5,94	20,98	157,50
54/3-гн/2022н	Чай с сахаром и лимоном		200	0,13	0,02	15,2	62
701/2010м	хлеб пшеничный		50	3,95	0,5	24,15	116,9
	Итого:		605	21,24	23,93	78,3	621,53



10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся ОВЗ на 15.09.2023г.

№ 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 2 / день 10

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

2-й завтрак							
П.г.	Молоко		150	4,40	3,80	7,20	81,00
403/2017м	Оладьи с яблоком и ступенным молоком		135	9,55	9,71	54,58	343,91