



**10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным горячим питанием обучающихся 1-4 классов  
 на 18.09.2023г.**

№ 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 1**

**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

181/2017м	Каша молочная жидкая манная с маслом и сахаром	31,00	200	7,55	9,74	32,5	247,8
399/2017м	Блинчики (оладьи) с молоком сгущенным	27,00	70	5,08	4,78	19,29	140,5
382/2017	Какао с молоком	15,00	200	4,08	3,54	17,58	118,6
338/2017м	Фрукт свежий (яблоко)	22,00	100	0,4	0,4	9,8	47,00
701/2010м	хлеб пшеничный	5,35	30	2,37	0,3	14,49	70,14
	Итого	<b>100,35</b>	<b>600</b>	<b>19,48</b>	<b>18,76</b>	<b>93,66</b>	<b>624,04</b>



Утверждаю:

директор МКОУ Мокро-Ольховской СШ

Н.А.Кевпанич

**10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным горячим питанием обучающихся 5-11 классов на 18.09.2023г.**

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

неделя 1 / день 1

**Сборник рецептов под редакцией МП Могильного и В.А. Тутьельяна, - 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. Скуругин И.М., Тутьельман В.А**

181/2017м	Каша молочная жидкая манная с маслом и сахаром	31,00	250	9,44	12,17	40,62	309,24
399/2017м	Блинчики (оладьи) с молоком стуженным	27,00	70	5,08	4,78	19,29	140,5
382/2017	Какао с молоком	15,00	200	4,08	3,54	17,58	118,6
338/2017м	Фрукт свежий (яблоко)	22,00	100	0,4	0,4	9,8	47,00
701/2010м	хлеб пшеничный	5,35	30	2,37	0,3	14,49	70,14
	Итого	100,35	650	21,37	21,19	101,78	685,48



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

**10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся ОВЗ на 18.09.2023г.**

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

неделя 1 / день 1

Сборник рецептов под редакцией ИП 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

**2-й завтрак**

П.г.	Йогурт	100	1,5	0,1	11,00	50,00
210/2017м	Омлет натуральный	150	12,7	18,00	3,3	225,5