

Утверждаю:  
директор МКОУ Мохро-  
Ольховской СШ

Н.А.Кевпанич



**10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным горячим питанием обучающихся 1-4 классов  
на 19.09.2023г.**

№ 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 2

**Завтрак**

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

47/2017м	Капуста квашеная	20,00	60	1,02	3	2,07	52,5
77/1/2022/54/3сс/2022н	Котлет рыбная из п./ф. высокой степени готовности с соусом	40,00	120	12,3	8,9	6,9	156,9
125/2017м	Картофель отварной с маслом	19,00	150	3,03	5,94	20,98	157,5
54/1хн/2022н	Компот из сухофруктов	16,00	200	0,66	0,09	32,03	132,8
701/2010м	Хлеб пшеничный	5,35	30	2,37	0,3	14,49	70,14
	<b>Итого</b>	<b>100,35</b>	<b>560</b>	<b>19,38</b>	<b>18,23</b>	<b>79,47</b>	<b>569,84</b>



