



**10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным горячим питанием обучающихся 1-4 классов
 на 06.10.2023г.**

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

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. Лапшиной.-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
	Итого	100,35	510	19,33	16,56	78,93	578,66



10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным горячим питанием обучающихся 5-11 классов на 06.10.2023г.

директор МКОУ Мокро-Ольховской СШ
Н.А.Кевпанич

№ 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 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

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
	Итого	100,35	550	19,89	18,96	82,24	615,78



10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся ОВЗ на 06.10.2023г.

№ 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	лет	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. 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	4,4	3,8	7,2	81,0
403/2017м	Оладьи с яблоком и стущенным молоком		150	9,55	9,71	54,58	343,91