



**10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным горячим питанием обучающихся 1-4 классов
 на 09.10.2023г.**

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	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 2 / день 6

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

182/2017м	Каша молочная жидкая из хлопьев овсяных с сахаром и маслом	32,00	200	7,25	10,26	30,50	233,34
п.т.	Сдобное изделие сладкое	27,00	45	7,2	8,9	15,8	171,8
338/2017м	Фрукт свежий (яблоко)	22,00	100	0,4	0,4	9,8	47
701/2017м	Хлеб пшеничный	4,35	30	2,37	0,3	14,49	70,14
54-3гн/2022н	Чай с сахаром и лимоном	15,00	200	0,13	0,02	15,2	62
	Итого	100,35	575	17,4	19,9	85,8	584,3



10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным горячим питанием обучающихся 5-11 классов на 09.10.2023г.

№ 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 6

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

182/2017м	Каша молочная жидкая из хлопьев овсяных с сахаром и маслом	32,00	250	9,06	12,82	38,12	291,67
п.т.							
338/2017м	Сдобное изделие сладкое	27,00	45	7,2	8,9	15,8	171,8
701/2017м	Фрукт свежий (яблоко)	22,00	100	0,4	0,4	9,8	47
	Хлеб пшеничный	4,35	50	3,95	0,5	24,15	116,9
54-3гн/2022н	Чай с сахаром и лимоном	15,00	200	0,13	0,02	15,2	62
	Итого	100,35	645	20,7	22,6	103,1	689,4



10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся ОВЗ на 09.10.2023г.

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

неделя 2 / день 6

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