



**10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным горячим питанием обучающихся 1-4 классов
 на 16.10.2023г.**

| № 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 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 | 33,00 | 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 | 3,35 | 30 | 2,37 | 0,3 | 14,49 | 70,14 |
| | Итого | 100,35 | 600 | 19,48 | 18,76 | 93,66 | 624,04 |

Утверждаю:  директор МКОУ Мокро-Ольховской СШ

10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным горячим питанием обучающихся 5-11 классов на 16.10.2023г.

Н.А.Кевланич

| № 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. 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

| | | | | | | | |
|-----------|--|--------|------|-------|-------|--------|--------|
| 181/2017м | Каша молочная жидкая манная с маслом и сахаром | 33,00 | 250 | 9,44 | 12,17 | 40,62 | 309,24 |
| 399/2017м | Блинчики (оладыи) с молоком гущенным | 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 | 3,35 | 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 СШ
 Н.А. Кевланич



10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся ОВЗ на 16.10.2023г.

| № ред. 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 | 12-18 лет |

неделя 1 / день 1

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

| 2-й завтрак | | | | | | | |
|-------------|-------------------|-----|-----|------|-------|-------|-------|
| П.т. | Йогурт | | | | | | |
| 210/2017м | Омлет натуральный | 100 | 150 | 1,5 | 0,1 | 11,00 | 50,00 |
| | | | | 12,7 | 18,00 | 3,3 | 225,5 |