

Утверждаю:
 директор МКОУ Мокро-
 Ольховской СШ
 Н.А.Кевланич



**10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным горячим питанием обучающихся 1-4 классов
 на 19.10.2023г.**

№ 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	

2
неделя 1 / день 4

Завтрак

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

188/2021м	Запеканка рисовая с творогом и молоком сгущенным	60,00	200	14,7	15,4	43,77	372,48
338/2017м	Фрукт свежий (яблоко)	22,00	100	0,4	0,4	9,8	47,0
701/2010м	Хлеб пшеничный	3,35	30	2,37	0,3	14,49	70,14
54-2гв/2022н	Чай с сахаром	15,00	200	0,07	0,02	15	60
	Итого	100,35	530	17,54	16,12	83,06	549,62



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

10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным горячим питанием обучающихся 5-11 классов на 19.10.2023г.

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

неделя 1 / день 4

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

188/2021м	Запеканка рисовая с творогом и молоком стученным	60,00	250	18,37	19,25	54,71	465,6
338/2017м	Фрукт свежий (яблоко)	22,00	100	0,4	0,4	9,8	17,0
701/2010м	Хлеб пшеничный	3,35	30	2,37	0,3	14,49	70,14
54-2гн/2022гн	Чай с сахаром	15,00	200	0,07	0,02	15	60
	Итого	100,35	580	21,21	19,97	94,00	642,74



10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся ОВЗ на 19.10.2023г.

№ рец. 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 4

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

2-й завтрак							
389/2017м	Сок фруктовый		150	0,075	0	15,15	63,6
п.т.	Вареники с картофелем со сметаной		150	6,3	2,9	44,1	227,7