



**10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным горячим питанием обучающихся 1-4 классов
 на 15.11.2023г.**

№ 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						

неделя 2 / день 8

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

70/71/2017м	Овощи по сезону в нарезке (огурец)	22,00	60	0,48	0,06	1,02	6,0
77/6/2022	Котлеты мяскапустные из п/ф высокой степени готовности	38,00	100	9,93	12,66	5,76	176,7
171/2017м	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	20,00	150	8,3	6,3	36	233,7
701/2017м	Хлеб пшеничный	5,35	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	62,0
	Итого	100,35	540	21,21	19,34	72,47	548,54

Утверждаю:



10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным горячим питанием обучающихся 5-11 классов на 15.11.2023г.

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 2 / день 8

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

70/71/2017м	Овощи по сезону в нарезке (огурец)	22,00	100	0,8	0,1	1,7	10,0
77/6/2022	Котлеты мяскопустные из п/ф высокой степени готовности	38,00	100	9,93	12,66	5,76	176,7
171/2017м	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	20,00	180	9,95	7,56	43,2	280,44
701/2017м	Хлеб пшеничный	5,35	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	62,0
	Итого	100,35	630	24,76	20,84	90,01	646,04



**10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся ОВЗ на
 15.11.2023г.**

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

неделя 2 / день 8

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. Лашиной.-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.	Кисломолочный продукт «Ряженка»		150	4,5	3,7	6,0	75,75
208/2017м	Лапшевник с творогом		150	14,5	9,04	41,49	310,0