



**10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным горячим питанием обучающихся 1-4 классов
на 30.11.2023г.**

№ 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		7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет

неделя 2 / день 9

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. Лашиной.-М.
2004- 640с; Таблицы Химического состава и калорийности российских продуктов
питания: Справочник.-М.; ДеЛи Принт, 2008.-276с. Скурутин И.М., Тутельман
В.А

182/2022м	Каша молочная пшенная жидкая с маслом и сахаром	33,00	200	8,26	10,97	34,62	270,25
399/2017м	Блинчики (оладья) с повидлом	27,00	70	5,08	4,78	19,29	140,5
338/2017м	Фрукт свежий (яблоко)	22,00	100	0,4	0,4	9,8	47,0
54-2гн/2022н	Чай с сахаром	15,00	200	0,07	0,02	15,0	60,0
701/2010м	Хлеб пшеничный	3,35	30	2,37	0,3	14,49	7014
	Итого	100,35	600	16,18	16,47	93,2	587,89

Утверждаю:



10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным горячим питанием обучающихся 5-11 классов на 30.11.2023г.

директор МКОУ Мокро-Ольховской СШ

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						

неделя 2 / день 9

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

182/2022м	Каша молочная пшенная жидкая с маслом и сахаром	33,00	250	10,38	13,71	43,27	337,99
399/2017м	Блинчики (оладьи) с повидлом	27,00	70	5,08	4,78	19,29	140,5
338/2017м	Фрукт свежий (яблоко)	22,00	100	0,4	0,4	9,8	47,0
54-2гн/2022н	Чай с сахаром	15,00	200	0,07	0,02	15,0	60,0
701/2010м	Хлеб пшеничный	3,35	50	3,95	0,5	24,15	116,9
	Итого	100,35	670	19,88	19,41	111,51	702,39



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

10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся ОВЗ на 30.11.2023г.

№ 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	

неделя 2 / день 9

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