



меню для обеспечения бесплатным горячим питанием обучающихся 1-4 классов
на 22.01.2024г.

№ 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

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

182/2017м п.т.	Каша молочная жидкая из хлопьев овсяных с сахаром и маслом	32,00	200	7,25	10,26	30,50	233,34
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
54-3гн/2022н	Хлеб пшеничный	4,46	40	3,16	0,4	19,32	93,52
	Чай с сахаром и лимоном	15,00	200	0,13	0,02	15,2	62
	Итого	100,46	585	18,1	20,0	90,6	607,7



Н.А.Кевланич

неделя 2 / день 6

Сборник рецензур под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г 544с;
Сборник рецензур и кулинарных изданий 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.	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	4,46	40	3,16	0,4	19,32	93,52
54-3гн/2022н	Чай с сахаром и лимоном	15,00	200	0,13	0,02	15,2	62
	Итого	100,46	635	20,0	22,5	98,2	666,0

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

меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся СВЗ на 22.01.2024г.

№ 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 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 калорийности российских продуктов питания: Справочник.-М.; ДеЛи Принт, 2008.-276с. Скурутин И.М., Тутельман В.А

2-й завтрак							
п.т.	Йогурт	23,00	100	1,5	0,1	11,0	50,0
210/2017м	Омлет натуральный	35,00	150	12,7	18	3,3	225,5