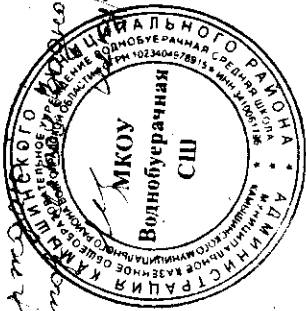


Соблюдать
 Директор
 МКОУ
 Волнобуерачная
 СПШ
 10.09.2023



меню для обеспечения горячим питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет

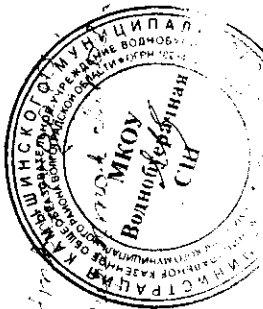
№ рец. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда		Пищевые вещества/g			энерг. ценно		Витамины (мг)
		7-11 лет	7-11 лет	Б	Ж	У	ккал	7-11 лет	
1	2								С
Вариант 2									

Сборник рецептов под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017-544сг;
 Сборник рецептов и кулинарных изделий 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.

Завтрак

70/71/2017м	овощи по сезону (помидор свежий; соленый)	60	0,36	0	2,28	8,4			
271/331/2017м	котлеты домашние с соусом	100	13,51	8,91	9,74	198,00			2,45
203/2017м	макароны отварные с маслом	150	5,73	6,07	31,98	205,50			0,00
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,31	0,72	16,02	79,80			0,00
378/2017м	чай с молоком	200	1,52	1,35	15,9	81			0,00
	Итого	540	23,43	17,05	75,92	572,70			1,33
	Норма завтрака по СанПин 20% ± 5%	500	15,4-19,25	13,8-19,75	67-83,75	470-587,5			3,78

Среднеуральский район
 28.08.23



19.09.2013

меню для обеспечения горячим питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

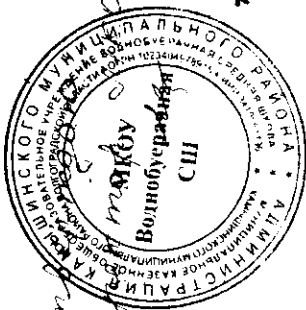
№ рец. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества/g			энерг. ценно ккал 12-18 лет	Витамины (мг) С
			Б	Ж	У		
1	2		12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет

Вариант 2

Сборник рецептов под редакцией МП Могильного и В.А. Тугельяна, - 2017-544сг;
 Сборник рецептов 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.; Делта Принт, 2008.-276с. Скурткин И.М., Тугельман В.А

70/71/2017м	овощи по сезону (помидор свежий; соленый)	100	0,6	0	3,8	14	4,9
271/331/2017м	котлеты домашние с соусом	100	13,51	8,91	9,74	198,00	0,00
203/2017м	макаронны отварные с маслом	180	6,87	7,28	38,37	246,60	0,00
701/2010м	хлеб пшеничный	40	3,08	0,96	21,36	106,40	0,00
378/2017м	чай с молоком	200	1,52	1,35	15,9	81	1,33
	Итого	620	25,58	18,50	89,17	646,00	6,23
	Норма завтрака по СанПин 20% ± 3%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680	

Цена меню 82.25



Директору бюджетной сш
Шелестовской ш.

19.09.2023

меню для обеспечения обедом обучающихся с ОВЗ возрастной группы 7-11 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда 7-11 лет	Пищевые вещества/г			ккал 7-11 лет
			Б 7-11 лет	Ж 7-11 лет	У 7-11 лет	
1	2					
	<i>вареники</i>					
71\2017м	Помидор свежий	60	0,66	0,1	2,28	13,2
88\2017 м	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/10	1,84	5,04	8,24	92,8
349\2017м	Компот из сухофруктов	200	0,6	0	31,4	124
701\2010 м	Хлеб пшеничный	30	2,43	0,3	14,64	72,6
702\2010 м	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,9	0,34	13,05	65,7
	Итого	530	7,43	5,78	69,61	368,3

Цена меню 35.00

