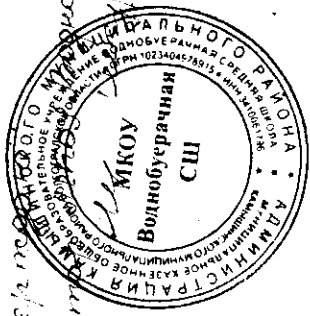


Ответственный за разработку меню
 Директор МКОУ «Волнобуерачная СШ»
 М.А. Мухоморова
 22.09.2023



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

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

Вариант 5

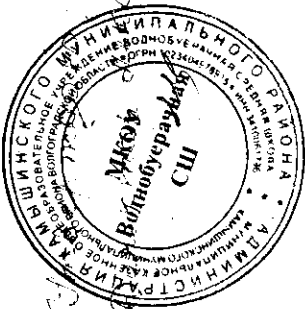
Завтрак

Сборник рецептов под редакцией ИП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г 544с;
 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

182/2017м	каша молочная жидкая ячневая, с маслом и сахаром	200	6,64	3,39	44,70	295,45	1,17
209/2017м	яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	63,00	0,00
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
701/2010м	хлеб пшеничный	50	3,85	1,20	26,70	133,00	0,00
377/2017м	чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0,02	15,2	62	0,3
	Итого	590,0	16,1	9,6	96,7	600,5	11,5

Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5% 500 15.4-19.25 15.8-19.75 67-83,75 470-587,5

Цена 222,40 руб.



*Воднобурачкы СШ
100 г*

22.09.2023

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

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

Вариант 5

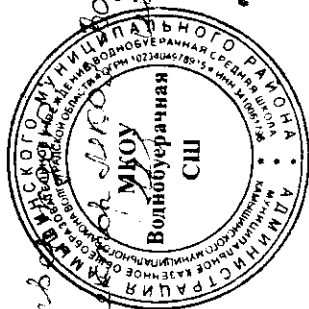
Сборник рецептов под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г 544с;
Сборник рецептов и кулинарных изданий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. Под редакцией В.Т. Лапиной.-М. 2004.- 640с; Таблицы Химического состава и калорийности российских продуктов

182/2017м	каша молочная жидкая ячневая, с маслом и сахаром	250	8,30	4,24	55,88	369,32	1,17
209/2017м	яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	63,00	0,00
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
701/2010м	хлеб пшеничный	50	3,85	1,20	26,70	133,00	0,00
377/2017м	чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0,02	15,2	62	0,3
	Итого	640,0	17,8	10,5	107,9	674,3	11,5

Норма завтрака по СанПиН 20%-25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680
---------------------------------------	-----	---------	-------	------------	---------

Цена меню

82,25



См. в. Директор
 МКОУ
 Волнобузчанская ЦС
 одобрено
 директору К. И.

22.09.2013

меню для обеспечения двухразовым горячим питанием обучающихся с ОВЗ в общеобразовательной группе 12-18 лет

№ рсч. по сбор.	Наименование блюд	12-18 лет		12-18 лет		12-18 лет	
		1	2	1	2	1	2
1	2						

Вариант 5
 Сборник рецептов под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г

544с; Сборник рецептов в кулинарных изделиях для аллергиков

№ рецепта	Наименование	250	8,30	4,24	55,88	369,32
182/2017м	каша молочная жидкая ячневая, с маслом и сахаром	40	5,08	4,60	0,28	63,00
209/2017м	ябло вареное	50	3,85	1,20	26,70	133,00
701/2010м	хлеб пшеничный	200	10,13	0,02	15,2	62
377/2017м	чай с сахаром и лимоном	540,0	17,4	10,1	98,1	627,3
	Итого					

Вариант 5

Обез

№ рецепта	Наименование	100	0,40	0,40	9,80	47,00
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	250	3,37	10,75	20,475	168,75
132/2004 л	рассольник ленинградский (перловка)	200	0,6	0	31,4	124
349/2017м	компот из сухофруктов	40	3,24	0,4	19,52	96,8
701/2010 м	хлеб пшеничный	40	2,53	0,45	17,4	87,6
702/2010м	хлеб ржано-пшеничный	630	10,14	12,00	98,60	524,2
	Итого					

Цена меню 82,25