



УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МКОУ  
 Усть-Грязнухинской СШ  
 Н.В. Бауер

МЕНЮ «3» октября 2022 г.

№ рец. По сбор.	Наименование блюд	Выход д	Пищевые вещества /г			Энергет. ценность	Витамины
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8

**Вариант: 6**

Сборник рецептов блюд при общеобразовательных  
 Школах под редакцией В.Т. Лапшиной 2004  
 Сборник рецептов В.А. Тутельяна 2011

Завтрак 7-11 лет

101/2004л	Икра кабачковая консервированная	60	0,976	0,96	6,16	62,4	0
295/332/2017 м	Биточки, котлеты куриные с соусом сметанным с луком	100	10,18	11,33	7,07	147,85	1,5
203/2017м	Макаронны отварные с маслом	150	5,73	6,07	31,98	205,50	0,00
376/2017м	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	0,3
701/2010м	Хлеб пшеничный	30	2,31	0,72	16,02	79,80	0,00
	Итого	540	19,266	19,1	76,23	555,55	1,8

Завтрак 12-18 лет

101/2004л	Икра кабачковая консервированная	80	1,301	1,28	8,21	83,2	0
295/332/2017 м	Биточки, котлеты куриные с соусом сметанным с луком	100	10,18	11,33	7,07	147,85	1,5
203/2017м	Макаронны отварные с маслом	180	6,87	7,28	38,38	246,60	0,00
376/2017м	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	0,3
701/2010м	Хлеб пшеничный	40	3,08	0,96	21,36	106,40	0,00
	Итого	600	21,501	20,87	90,02	644,05	1,8

Обед ОВЗ 7-11 лет

33/2011м	Свекла отварная с растительным маслом	60	0,85	3,65	5,02	56,3	
139/2004л	Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	4,96	4,48	17,84	133,6	
342/2011м	Компот из свежих плодов	200	0,1	0,2	27,5	112,7	
701/2010м	Хлеб пшеничный	40	3,24	0,4	19,52	96,8	
702/2010м	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,53	0,45	17,4	87,6	
	Итого	540	11,68	9,18	87,28	487,04	

Повар Чубатая Чубатая А.А.