

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

МЕНЮ «12» сентября 2022г.

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

Вариант: 1

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

Завтрак 7-11 лет

| | | | | | | | |
|-----------|--|-----|-------|-------|--------|--------|-------|
| 182/2017м | Каша молочная жидкая из хлопьев овсяных с сахаром и маслом | 200 | 7,10 | 11,66 | 40,25 | 295,45 | 1,17 |
| 399/2017м | Блинчики с повидлом | 70 | 3,15 | 1,68 | 21,95 | 115,62 | 0,03 |
| 701/2010м | Хлеб пшеничный | 30 | 2,31 | 0,72 | 16,02 | 79,80 | 0,00 |
| 338/2017м | Фрукт свежий (яблоко) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 10,00 |
| 376/2017м | Чай с сахаром | 200 | 0,07 | 0,02 | 15 | 60 | 0,3 |
| | Итого | 600 | 13,03 | 14,48 | 103,02 | 597,89 | 11,5 |

Завтрак 12-18 лет

| | | | | | | | |
|-----------|--|-----|-------|-------|--------|--------|-------|
| 182/2017м | Каша молочная жидкая из хлопьев овсяных с сахаром и маслом | 250 | 8,88 | 14,57 | 50,24 | 369,32 | 1,46 |
| 399/2017м | Блинчики с повидлом | 70 | 3,15 | 1,68 | 21,95 | 115,62 | 0,03 |
| 701/2010м | Хлеб пшеничный | 40 | 3,08 | 0,96 | 21,36 | 106,40 | 0,00 |
| 338/2017м | Фрукт свежий (яблоко) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 10,00 |
| 376/2017м | Чай с сахаром | 200 | 0,07 | 0,02 | 15 | 60 | 0,3 |
| | Итого | 660 | 15,58 | 17,63 | 118,35 | 698,34 | 11,79 |

Обед ОВЗ 7-11 лет

| | | | | | | | |
|-----------|---|--------|------|-------|--------|--------|--|
| 103/2017м | Суп картофельный с макаронными изделиями и птицей | 200/10 | 4,07 | 3,13 | 14,044 | 109,72 | |
| 699/2004л | Напиток лимонный | 200 | 0,1 | 0 | 24,2 | 93 | |
| 3/2017м | Бутерброд с сыром | 50 | 5,8 | 8,3 | 14,83 | 157 | |
| 702/2010м | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 2,53 | 0,45 | 17,4 | 87,6 | |
| | Итого | 500 | 12,5 | 11,88 | 70,474 | 447,32 | |

Повар Чубатая Чубатая А.А.