УТВЕРЖДАЮ
Директор МКОУ
Усть-Грязнухинской СШ
_____ Н.В. Баузер

МЕНЮ «18» октября 2022 г.

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

Вариант: 7

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

Завтрак 7-11 лет

181/2017м	Каша молочная жидкая манная, с сахаром и маслом	200	5,55	9,74	38,50	264,55	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
377/2017м	Чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0,02	15,2	62	0,3
	Итого	600	11.54	12,56	101,47	568,97	11,5

Завтрак 12-18 лет

181/2017м	Каша молочная жидкая манная, с сахаром и маслом	250	6,93	12,82	48,13	330,68	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
377/2017м	Чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0,02	15,2	62	0,3
	Итого	660	13,69	15,88	116,44	661,7	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	
399/2017м	Блинчики с повидлом	70	3,15	1.68	21,95	115,62	
342/2011м	Компот из свежих плодов	200	0,1	0,2	27,5	112,7	
701/2010м	Хлеб пшеничный	30	2,43	0,3	14,64	72,6	
702/2010м	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,53	0,45	17,4	87,6	
	Итого	550	12,28	5,76	95,5	498,2	

Повар _____ Чубатая А.А.