



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

МЕНЮ «31» мая 2023г.

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

**Вариант: 8**

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

Завтрак 7-11 лет

|                   |  |       |     |       |       |       |        |       |
|-------------------|--|-------|-----|-------|-------|-------|--------|-------|
| 282/332/20<br>17м | Оладьи из печени с морковью и соусом сметанным с луком | 32    | 100 | 15,56 | 10,33 | 17,66 | 226,33 | 7,64  |
| 310/2017м         | Картофель отварной                                     | 18    | 150 | 3     | 0,6   | 23,7  | 112,2  | 21,75 |
| 52/2010м          | Свекла отварная с растительным маслом                  | 12    | 60  | 0,84  | 3,6   | 4,96  | 55,68  | 3,99  |
| 701/2017м         | Хлеб пшеничный   | 5,25  | 30  | 2,31  | 0,72  | 16,02 | 79,80  | 0,00  |
| 378/2017м         | Чай с молоком  | 15    | 200 | 1,52  | 1,35  | 15,9  | 81     | 1,33  |
|                   | Итого  | 82,25 | 540 | 23,23 | 16,6  | 78,24 | 555,01 | 34,71 |

Завтрак 12-18 лет

|                   |  |       |     |       |       |       |        |       |
|-------------------|--|-------|-----|-------|-------|-------|--------|-------|
| 282/332/20<br>17м | Оладьи из печени с морковью и соусом сметанным с луком | 32    | 100 | 15,56 | 10,33 | 17,66 | 226,33 | 7,64  |
| 310/2017м         | Картофель отварной                                     | 18    | 180 | 3,6   | 0,72  | 28,44 | 134,64 | 21,75 |
| 52/2010м          | Свекла отварная с растительным маслом                  | 12    | 100 | 1,4   | 6,01  | 8,26  | 92,8   | 6,65  |
| 701/2017м         | Хлеб пшеничный   | 5,25  | 40  | 3,08  | 0,96  | 21,36 | 106,40 | 0,00  |
| 378/2017м         | Чай с молоком  | 15    | 200 | 1,52  | 1,35  | 15,9  | 81     | 1,33  |
|                   | Итого  | 82,25 | 620 | 25,16 | 19,37 | 91,62 | 641,17 | 37,37 |

Обед ОВЗ 7-11 лет

|           |   |  |        |      |      |       |       |  |
|-----------|---|--|--------|------|------|-------|-------|--|
| 71/2017м  | Помидор свежий                                |  | 60     | 0,66 | 0,1  | 2,28  | 13,2  |  |
| 88/2017м  | 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   |  |
| 701/2010м | Хлеб пшеничный                                |  | 30     | 2,43 | 0,3  | 14,64 | 72,6  |  |
| 702/2010м | Хлеб ржано-пшеничный                          |  | 30     | 1,9  | 0,34 | 13,05 | 65,7  |  |
|           | Итого   |  | 530    | 7,43 | 5,78 | 69,61 | 368,3 |  |

Повар Чубатая Чубатая А.А.