

УТВЕРЖАЮ

В.И. МАКОВА

Наталья Владимировна

И.О. 910509430436

ОГРН 3159102004995

Красногвардейский в.п.п.т. Октябрьское

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ

НОВОПОКРОВСКОЕ

И.О. 9105008109

ОГРН 1159102004995

Красногвардейский в.п.п.т. Октябрьское

Меню

на 16.03 2022 г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Угле воды		
Неделя День 8							
Завтрак 1-4 класс	Омлет натуральный с маслом сливочным	106/10	10,9	19,6	2,2	227,2	210
	Кофейный напиток с молоком	180	3.0	2.2	24.0	127.9	379
	Кондитерские изделия	20	1.5	2.0	14.9	83.4	СРБ
	Хлеб пшеничный	40	3.1	0.2	20.1	94.7	СРБ
	Хлеб ржаной	25	1.7	0.3	10.0	50.3	СРБ
	Фрукты свежие	100	0.4	0.4	9.8	47.0	338
Итого за завтрак		481	20,6	24,7	81,0	630,5	-
Обед 1-4класс	Икра кабачковая консервирован ная	50	1.0	4.5	3.9	59.5	СРБ
	Суп картофельный с бобовыми гороховый	200	4.6	4.4	15.2	117.8	102
	Пюре отварная с маслом сливочным	90/5	20,3	22,3	0,4	283,3	288
	Макаронные изделия отварные с м/сл.	150/5	5.6	7.9	35.0	230.8	309
	Компот из смеси сухофруктов	180	0.4	0.0	27.8	113.7	349
	Хлеб пшеничный	45	3.4	0.3	22.6	106.6	СРБ
	Хлеб ржаной	20	1.4	0.3	8.0	40.2	СРБ
Итого за обед		745	36,7	39,7	112,9	951,9	-
Итого за день		1226	57,3	64,4	193,9	1582,4	-



Меню
на 16.03 2022 г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Угле воды		
Неделя День 8							
Завтрак 5-11 класс	Омлет натуральный с маслом сливочным	106/10	10.9	19.6	2.2	227.2	210
	Кофейный напиток с молоком	180	3.0	2.2	24.0	127.9	379
	Хлеб пшеничный	60	4.6	0.4	30.1	142.1	СРБ
	Хлеб ржаной	35	2.4	0.5	13.9	70.4	СРБ
Итого за завтрак		391	20.9	22.7	70.2	567.6	-
Обед 5-11 класс	Икра кабачковая консервирован ная	50	1.0	4.5	3.9	59.5	СРБ
	Суп картофельный с бобовыми гороховый	250	5.8	5.4	19.0	147.3	102
	Птица отварная с маслом сливочным	100/5	22.6	24.8	0.5	314.8	288
	Макаронные изделия отварные с м/с	180/5	6.5	8.6	40.6	262.7	309
	Компот из смеси сухофруктов	180	0.4	0.0	27.8	113.7	349
	Хлеб пшеничный	60	4.6	0.4	30.1	142.1	СРБ
	Хлеб ржаной	45	3.1	0.6	17.9	90.5	СРБ
Итого за обед		875	44,0	44,3	139,8	1130,6	-
Итого за день:		1266	64,9	67,0	210,0	1698,2	—