



Утверждаю
Директор _____ Мехоношина Т.И.
МБОУ "Бубинская СОШ"

Меню приготавливаемых блюд на 28.09.2021 с 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергит. ценность	№ рецеп туры	Стоимо сть
			Белки	Жиры	Углевод.			
Завтрак	Каша пшенная							
	молочная жидкая	200	7,9	9,46	35	284	267	10,21
	Какао с молоком	200	3,6	3,3	25	144	496	7,23
	Батон с сыром	50	7,4	10,56	11	170	90	13,5
Итого за завтрак			18,9	23,32	71	598		30,94
Обед	Уха рыбацкая	200	4,92	1,96	8,54	73	151	8,67
	Котлета из говядины	70	12,5	12,3	10,01	200	381	24,82
	Капуста тушеная	130	4,81	4,68	5,07	82	423	6,26
	Компот из кураги	200	0,3	0	20,1	81	512	3,58
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,7	94	108	1,2
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	35	109	0,03
Итого за обед			26,89	19,5	70,1	565		44,56
Итого за день			45,79	42,82	141,1	1163		75,5

Меню приготавливаемых блюд на 28.09.2021 с 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергит. ценность	№ рецеп туры	Стоимо сть
			Белки	Жиры	Углевод.			
Завтрак	Каша пшенная							
	молочная жидкая	200	7,9	9,46	35	284	267	10,21
	Какао с молоком	200	3,6	3,3	25	144	496	7,23
	Батон с сыром	50	8,9	12,67	13,2	204	90	13,5
Итого за завтрак			20,4	25,43	73,2	632		30,94
Обед	Уха рыбацкая	250	6,15	2,45	8,54	91	151	14,12
	Котлета из говядины	80	14,24	14	11,44	229	381	27,44
	Капуста тушеная	150	5,55	5,4	5,85	95	423	7,35
	Компот из кураги	200	0,3	0	20,1	81	512	3,58
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,7	94	108	1,2
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	35	109	0,03
Итого за обед			30,6	22,41	72,31	625		53,72
Итого за день			51	47,84	145,51	1257		84,66

Ответственный за составление меню _____ Черемных А.Г.
Кладовщик _____ Сосунова Н.И.