

Утверждаю
 Директор _____ Мехоношина Т.И.
 МБОУ "Бубинская СОШ"
 Меню приготавливаемых блюд на 12.09.2023 с 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергит. ценность	№ рецеп туры	Стоимо сть
			Белки	Жиры	Углевод.			
Завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая	200	7,4	7,48	36,5	243	264	10,2
	Чай	200	1,5	1,3	15,9	81	494	2,74
	Булочка	60	4,5	7,8	36,2	233	583	10,3
Итого за завтрак			13,4	16,58	88,6	557		23,24
Обед	Винигрет овощной	100	0,91	7,56	4,76	91	76	16,76
	Яйцо варенное	40	5,1	4,6	0,3	63	300	7,9
	Кура отварная	90	16,5	11,4	0,4	170	404	24,3
	Рис отварной	150	3,2	5,27	29,3	177	414	10,3
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	27	110	508	4,76
	Хлеб пшеничный	60	3,04	0,32	19,7	94	108	2,5
	Хлеб ржаной	40	1,32	0,24	6,68	35	109	2
Итого за обед			30,57	29,39	88,14	740		68,52
Итого за день			43,97	45,97	176,74	1297		91,76

Меню приготавливаемых блюд на 12.09.2023 с 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергит. ценность	№ рецеп туры	Стоимо сть
			Белки	Жиры	Углевод.			
Завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая	200	7,4	7,48	36,5	243	264	10,2
	Чай	200	1,5	1,3	15,9	81	494	2,74
	Булочка	60	4,5	7,8	36,2	233	583	10,3
Итого за завтрак			13,4	16,58	88,6	557		23,24
Обед	Винигрет овощной	150	1,3	10,8	6,8	130	76	21,89
	Яйцо варенное	40	5,1	4,6	0,3	63	300	7,9
	Кура отварная	90	18,86	13	0,45	194	404	27,3
	Рис отварной	180	3,69	6,08	33,8	205	414	13,3
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	27	110	508	4,76
	Хлеб пшеничный	60	3,04	0,32	19,7	94	108	2,5
	Хлеб ржаной	40	1,32	0,24	6,68	35	109	2
Итого за обед			33,81	35,04	94,73	831		79,65
Итого за день			47,21	51,62	183,33	1388	0	102,89

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