

Утверждаю

Директор

Мехоношина Т.И.

МБОУ "Бубинская СОШ"

Меню приготавливаемых блюд на 3.10.2023 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	12,3
	Кофейный напиток с молоком	200	3,2	2,7	15,9	79	501	8,14
Итого за завтрак		400	11,1	12,16	50,9	363		20,44
Обед	Суп картофельный с рыбой	200	4,92	1,96	8,54	73	151	22,3
	Котлета из говядины	90	12,5	12,3	10,01	200	381	26,06
	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,72	5,75	27,19	185	237	13,4
	Компот из кураги	200	0,3	0	20,1	81	512	5,06
	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		740	28,8	20,57	92,22	668		71,32
Итого за день			39,9	32,73	143,12	1031		91,76

Меню приготавливаемых блюд на 3.10.2023 с 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергит. ценность	№ рецеп туры	Стоимо сть
			Белки	Жиры	Углевод.			
Завтрак	Каша пшенная молочная жидкая	250	7,9	9,46	35	284	267	13,05
	Кофейный напиток с молоком	200	3,2	2,7	15,9	79	501	8,14
Итого за завтрак		450	11,1	12,16	50,9	363		21,19
Обед	Суп картофельный с рыбой	250	6,15	2,45	8,54	91	151	24,4
	Котлета из говядины	100	14,24	14	11,44	229	381	33,24
	Каша гречневая рассыпчатая	180	7,41	6,8	32,13	219	237	14,5
	Компот из кураги	200	0,3	0	20,1	81	512	5,06
	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		830	32,46	23,81	98,59	749		81,7
Итого за день			43,56	35,97	149,49	1112		102,89

Ответственный за составление меню _____ Черемных А.Г.

Кладовщик _____ Сосунова Н.И.