



Утверждаю
Директор

Мехоношина Т.И.

МБОУ "Бубинская СОШ"

Меню приготавливаемых блюд на 6.10.2023 с 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергит. ценность	№ рецеп туры	Стоимо сть
			Белки	Жиры	Углевод.			
Завтрак	Каша ячневая вязкая	200	6,4	11,4	35,8	271	255	12,3
	Чай	200	1,5	1,3	15,9	81	494	2,74
	Батон с маслом	60	1,6	16,7	10	197	93	8,35
Итого за завтрак		460	9,5	29,4	61,7	549		23,39
Обед	Салат из свежих огурцов и помидор	100	0,9	5,1	3,6	64	19	20,3
	Рассольник ленинградский	250	2,05	5,25	16,25	121	134	38,17
	Кисель из концентрата	200	1,4	0,0	29	122	503	5,4
	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		650	8,71	10,91	75,23	436		68,37
Итого за день			18,21	40,31	136,93	985		91,76

Меню приготавливаемых блюд на 6.10.2023 с 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергит. ценность	№ рецеп туры	Стоимо сть
			Белки	Жиры	Углевод.			
Завтрак	Каша ячневая вязкая	250	6,4	11,4	35,8	271	255	15,6
	Чай	200	1,5	1,3	15,9	81	494	2,74
	Батон с маслом	60	1,6	16,7	10	197	93	8,35
Итого за завтрак		510	3,1	18	25,9	278		26,69
Обед	Салат из свежих огурцов и помидор	120	1,08	6,12	4,32	77	19	26
	Рассольник ленинградский	250	2,05	5,25	16,25	121	134	40,3
	Кисель из концентрата	200	1,4	0	29	122	508	5,4
	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		670	8,89	11,93	75,95	449		76,2
Итого за день			11,99	29,93	101,85	727		102,89

Ответственный за составление меню _____ Черемных А.Г.

Кладовщик _____ Сосунова Н.И.