

Утверждаю

Директор

Мехоношина Т.И.

МБОУ "Бубинская СОШ"

Меню приготавливаемых блюд на 18.10.2023 с 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергит. ценность	№ рецеп туры	Стоимо сть
			Белки	Жиры	Углевод.			
Завтрак	Каша кукурузная молочная жидкая	200	6,2	7,46	37	240	265	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	9,3	25,46	62,9	518		23,39
Обед	Салат из моркови с изюмом	100	1,2	0,1	22,6	96	10	13,6
	Биточки из курицы	90	13,5	9,64	8,35	180	412	28,3
	Капуста тушеная	150	4,81	4,68	5,07	82	423	14,53
	Компот из яблок	200	0,5	0,2	23,1	96	507	7,44
	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		640	24,37	15,18	85,5	583		68,37
Итого за день			33,67	40,64	148,4	1101		91,76

Меню приготавливаемых блюд на 18.10.2023 с 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергит. ценность	№ рецеп туры	Стоимо сть
			Белки	Жиры	Углевод.			
Завтрак	Каша кукурузная молочная жидкая	250	6,2	7,46	37	240	265	14,2
	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	9,3	25,46	62,9	518	
Обед	Салат из моркови с изюмом	120	1,2	0,1	22,6	96	10	19,26
	Биточки из курицы	100	13,5	9,64	8,35	180	412	30,2
	Капуста тушеная	180	5,55	5,4	5,85	95	423	16,2
	Компот из яблок	200	0,5	0,2	23,1	96	507	7,44
	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
		700	25,11	15,9	86,28	596		77,6
Итого за обед			34,41	41,36	149,18	1114		102,89
Итого за день								

Ответственный за составление меню _____ Черемных А.Г.

Кладовщик _____

Сосунова Н.И.