

Утверждаю

Директор

Мехоношина Т.И.

МБОУ "Бубинская СОШ"

Меню приготавливаемых блюд на 19.10.2023 с 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергит. ценность	№ рецеп туры	Стоимо сть
			Белки	Жиры	Углевод.			
Завтрак	Каша геркулесовая молочная жидкая	200	7,16	9,4	28,8	228	266	11,63
	Кофейный напиток с молоком	200	3,2	2,7	15,9	79	501	8,14
	Батон с повидлом	40	1,2	4,2	20,4	124	96	2,92
	Итого за завтрак	440	9,86	14,9	65,1	433		22,69
Обед	Свекольник	200	1,74	3,56	9,62	78	131	23,6
	Рыба отварная	90	12,5	0,5	0,3	55	332	26,3
	Макаронны отварные	150	4,9	0,6	25,17	126	291	8,37
	Компот из изюма	200	0,3	0	20,1	81	512	6,3
	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	24,76	14,68	72,21	521		69,07	
Итого за день		34,62	29,58	137,31	954		91,76	

Меню приготавливаемых блюд на 19.10.2023 с 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергит. ценность	№ рецеп туры	Стоимо сть
			Белки	Жиры	Углевод.			
Завтрак	Каша геркулесовая молочная жидкая	250	7,16	9,4	28,8	228	266	14,3
	Кофейный напиток с молоком	200	3,2	2,7	15,9	79	501	8,14
	Батон с повидлом	40	1,2	4,2	20,4	124	96	2,92
	Итого за завтрак	490	11,56	16,3	65,1	431	863	25,36
Обед	Свекольник	250	2,16	4,45	12,03	97	131	25,37
	Рыба отварная	100	14,2	0,56	0,32	63	332	31,13
	Макаронны отварные	180	5,7	0,7	29,04	145	291	10,23
	Компот из изюма	200	0,3	0	20,1	81	512	6,3
	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	26,72	6,27	87,87	515		77,53	
Итого за день		38,28	22,57	152,97	946		102,89	

Ответственный за составление меню _____ Черемных А.Г.

Кладовщик _____ Сосунова Н.И.