

Утверждаю:

Директор школы Морозова Н.А. Морозова

«15» 09 2022 год



МЕНЮ

приготовляемых блюд в МКОУ «Чинеевская СОШ» для учащихся 1-4 классов

на 15.09 2022 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя с 12.09.22 по 16.09.22г							
День 4							
Завтрак							
Итого за завтрак							
Обед	Салат из овощей оливковой	80	1.1	3.6	6.1	60.8	54-13з
	Рапсовый						
	Ленинградская со смет.	200	4.7	6.2	13.63	129.4	54-3с
	Макаронная ошпаковка	150	5.9	5.5	32.7	202	54-1п
	Тертые из говядины	60	2.2	4.3	6	118.5	54-8м
	Желе из сушеных	200	0.5	0	19.8	81	54-1м
	Желе лимонное	60	4	0.7	23.8	117.4	1рел
Итого за обед		150	23.8	23.3	108.05	709.1	
Итого за день							

Повар Жаксабаева Г.А. Жаксабаева

Утверждаю:

Директор школы Мороз Н.А. Морозова

«15» 09 2022 год

МЕНЮ

приготовляемых блюд в МКОУ «Чинеевская СОШ»

на 15.09. 2022 г. для учащихся от 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя с 12.09.22. по 16.09.22г.							
День 4							
Завтрак	Чашка молочная						
	Молоко 10% жирности	200	6,24	6,10	19,70	158,84	390
	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8	64,214
	Хлеб пшеничный	30	2	0,4	11,9	51,7	125,01
Итого за завтрак		430	8,44	6,5	38	244,14	
Обед	Чашка овсяная	200	8,2	6,9	35,9	238,9	59,411
	Чашка из фруктов	100	12	11	5	177	481
	Молоко 10% жирности	200	0,5	0	19,8	81	54,114
	Хлеб пшеничный	80	4	0,7	23,8	116,4	125,01
Итого за обед		560	24,7	18,6	84,5	614,3	
Итого за день		990	33,14	25,1	122,5	858,44	
Итого за день							

Повар

Жаксабаева

Г.А. Жаксабаева