



Утверждаю:
Директор школы
А.Б. Борлаков/

МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ МКОУ «СОШ а. ГЮРЮЛЬДЕУК»

Вводится с 14.03.2022г.

Сезон: весенний

Вариант 1

Дата 4.04.2022 год

Наименование сборника рецептур: "Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях", под ред. Могильного М.П., 2011 г. (рекомендован НИИ питания РАМН 1 ноября 2011 г.)

	Наименование блюда	номер рецепта	выход блюда, г	цена	Пищевые вещества (мг)			Энергетическая ценность, ккал
					белки	жиры	углеводы	
	Первая неделя. Третий день							
Завтрак	Тефтели из говядины 2-й вариант с рисом	279	80	37,62	9,95	11,05	12,59	189
	Соус сметанный с томатом (50 гр.)	331	50	3,62	0,88	2,50	3,51	40
	Макаронные изделия отварные с маслом	309	100	4,02	3,68	3,01	17,63	112
	Хлеб пшеничный нарезной	ПРОМ	30	1,74	2,37	0,30	14,49	70
	Хлеб пшенично-ржаной нарезной	ПРОМ	20	1,12	1,12	0,22	9,88	46
	Чай с лимоном	377	200	3,18	0,13	0,02	15,20	62
	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00	0
	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00	0
	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00	0
	итого завтрак		480	51,30	18,13	17,10	73,30	519
Обед	Салат из белокачанной капусты с морковью	45	60	5,58	0,79	1,95	3,88	36
	Суп-лапша домашняя	113	250	4,14	2,57	5,54	11,62	116
	Котлеты рубленые из филе птицы с маслом	294	85	41,43	13,34	15,76	16,02	259
	Рис отварной	304	150	7,79	3,65	5,37	36,68	210
	Компот из яблок	342	200	5,61	0,16	0,16	27,88	115
	Хлеб пшеничный нарезной	ПРОМ	20	1,16	1,58	0,20	9,66	47
	Хлеб пшенично-ржаной нарезной	ПРОМ	30	1,68	1,68	0,33	14,82	69
	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00	0
	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00	0
	итого обед		795	67,39	23,77	29,31	120,56	852
	итого за третий день первой недели		1275	118,69	41,90	46,41	193,86	1371

Повар К.Х. Биджиева