



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

Вводится с 01.09.2022 г.

Сезон: осенний

Вариант 1

Дата 20.09.2022 г.

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

	Наименование б.пода	номер рецепта	выход блюда , г	Пищевые вещества (мг)			Энергет ценност ь, ккал
				белки	жиры	углеводы	
	Первая неделя. Четвертый день						
Завтрак	Рыба минтай (филе), тушеная в томате с овощами	54-11р- 2020	140	19,40	10,00	9,00	204
	Пюре картофельное	312	150	3,06	4,32	23,01	142
	Хлеб пшеничный нарезной	ПРОМ	30	3,21	1,35	13,05	82
	Хлеб пшенично-ржаной нарезной	ПРОМ	20	1,50	0,40	10,40	50
	Масло сливочное (порциями)	14	10	0,08	7,25	0,13	66
	Чай с лимоном	377	200	0,12	0,02	13,69	56
	Бананы	338	100	1,50	0,50	21,00	96
	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0
	итого завтрак			28,87	23,84	90,28	696

Повар Биджиева /К.Х. Биджиева/