



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

Вводится с 01.09.2022 г.

Сезон: осенний

Вариант 1

Дата 1.12.2022 год

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

	Наименование блюда	номер рецепта	выход блюда, г	Пищевые вещества (мг)			Энергетическая ценность, ккал	Цены
				белки	жиры	углеводы		
	Первая неделя.							
	Первый день							
Завтрак	Масло сливочное (порциями)	14	10	0	7,25	0,13	66	6,35
	Сыр российский (порциями)	15	15	3	4,43	1,00	54	10,40
	Плов из отварной говядины	244	150	15	14,33	24,38	297	66,21
	Огурцы консервированные	ПРОМ	35	0	0,04	0,21	5	4,03
	Хлеб пшеничный нарезной	ПРОМ	30	3	1,35	13,05	82	1,92
	Хлеб пшенично-ржаной нарезной	ПРОМ	20	2	0,40	10,40	50	1,28
	Чай с сахаром	376	200	0	0,02	13,95	56	1,73
	Яблоки свежие	338	100	0	0,40	9,80	47	8,00
	итого завтрак			23	28,22	72,92	657	99,92

Повар Биджиева /К.Х. Биджиева/