

Утверждаю:
Директор школы
/А.Б. Барлаков/

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

Вводится с 1 января 2023г.

Возрастная группа 7-11 лет

Сезон: осенне-зимний

Дата 14.02.2023г.

Наименование сборника рецептур: "Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях", по рео. 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	Цена
				белки	жиры	углеводы		
	Вторая неделя. Пятый день							
Завтрак	Салат из белокачанной капусты с морковью	45	60	1	1,95	3,88	36	3,21
	Гуляш из отварной говядины	246	100	13	14,08	3,27	164	67,46
	Пюре картофельное	312	150	3	4,32	23,01	142	10,99
	Хлеб пшеничный нарезной	ПРОМ	30	3	1,35	13,05	82	1,95
	Хлеб пшенично-ржаной нарезной	ПРОМ	20	2	0,40	10,40	50	1,30
	Чай с лимоном	377	200	0	0,02	13,69	56	2,93
	Яблоки свежие	338	100	0	0,40	9,80	47	8,00
	итого завтрак	1318		22	22,52	77,10	577,00	93,53

Повар Д. Румянцев /К.Х. Биджиева/