



Директор МБОУ "СОШ а. Джегута"

К.М.Дудова

2023г.

## МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ МБОУ "СОШ А. ДЖЕГУТА"

Вводится 1 января 2023 г.

Возрастная группа 7-11 лет

Сезон: осенне-зимний

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.)

| Прием пищи     | Наименование блюда            | Вес блюда | Пищевые вещества |       |           | Энергетическая ценность | N рецептуры | цена  |
|----------------|-------------------------------|-----------|------------------|-------|-----------|-------------------------|-------------|-------|
|                |                               |           | Белки            | Жиры  | Угле-воды |                         |             |       |
|                | <b>28.02.2023</b>             |           |                  |       |           |                         |             |       |
| <u>Завтрак</u> | Масло сливочное (порциями)    | 10        | 0,08             | 7,25  | 0,13      | 66                      | 14          | 7,10  |
|                | Плов из отварной говядины     | 150       | 15,30            | 14,33 | 24,38     | 297                     | 244         | 65,80 |
|                | Огурцы консервированные       | 35        | 0,28             | 0,04  | 0,21      | 5                       | ПРОМ        | 4,20  |
|                | Хлеб пшеничный нарезной       | 30        | 3,21             | 1,35  | 13,05     | 82                      | ПРОМ        | 1,95  |
|                | Хлеб пшенично-ржаной нарезной | 20        | 1,50             | 0,40  | 10,40     | 50                      | ПРОМ        | 1,30  |
|                | Чай с сахаром                 | 200       | 0,07             | 0,02  | 13,95     | 56                      | 376         | 1,41  |
|                | Яблоки свежие                 | 100       | 0,40             | 0,40  | 9,80      | 47                      | 338         | 6,80  |
|                | 0,00                          | 0         | 0,00             | 0,00  | 0,00      | 0                       | 0           | 0,00  |
|                | итого завтрак                 |           | 20,84            | 23,79 | 71,92     | 603                     | 972         | 88,56 |
|                | итого за день                 |           | 20,84            | 23,79 | 71,92     | 603                     | 972         | 88,56 |

Повар

Л.И.Бостанова