



Директор МБОУ "СОШ а. Джегута"

К.М.Дудова

"19" 01 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			
	19.01.2023							
<i>Завтрак</i>	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	0,79	1,95	3,88	36	45	2,66
	Гуляш с соусом томатным	100	14,55	16,79	2,89	221	260	67,50
	Пюре картофельное	150	3,06	4,32	23,01	142	312	10,24
	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 лимоном	200	0,12	0,02	13,69	56	377	2,53
	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80	47	338	6,80
	0	0	0,00	0,00	0,00	0	0	0,00
	0	0	0,00	0,00	0,00	0	0	0,00
	итого завтрак		23,63	25,23	76,72	634	1332	92,98
	итого за день		23,63	25,23	76,72	634	1332	92,98

Повар Л.И.Бостанова