

Утверждаю:  
 Директор МБОУ "СОШ а. Джегута"  
 К.М.Дудова  
 2023г.

МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ  
 МБОУ "СОШ а. Джегута"  
 23.03.2023г.

Вводится 1 марта 2023 г.  
 Возрастная группа 7-11 лет  
 Сезон: весенний

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 |
|----------------|-----------------------------------------------|-----------|------------------|-------|-----------|-------------------------|-------------|
|                |                                               |           | Белки            | Жиры  | Угле-воды |                         |             |
|                | <b>23.03.2023</b>                             |           |                  |       |           |                         |             |
| <i>Завтрак</i> | Винегрет овощной (с горошком) с луком зеленым | 75        | 1,04             | 7,52  | 4,91      | 92                      | 67          |
|                | Гуляш с соусом томатным                       | 100       | 14,55            | 16,79 | 2,89      | 221                     | 260         |
|                | Пюре картофельное                             | 150       | 3,06             | 4,32  | 23,01     | 142                     | 312         |
|                | Хлеб пшеничный нарезной                       | 30        | 3,21             | 1,35  | 13,05     | 82                      | ПРОМ        |
|                | Хлеб пшенично-ржаной нарезной                 | 20        | 1,50             | 0,40  | 10,40     | 50                      | ПРОМ        |
|                | Чай с сахаром                                 | 200       | 0,07             | 0,02  | 13,95     | 56                      | 376         |
|                | 0                                             | 0         | 0,00             | 0,00  | 0,00      | 0                       | 0           |
|                | 0                                             | 0         | 0,00             | 0,00  | 0,00      | 0                       | 0           |
|                | 0                                             | 0         | 0,00             | 0,00  | 0,00      | 0                       | 0           |
|                | итого завтрак                                 |           | 23,43            | 30,40 | 68,21     | 643                     | 1015        |
|                | итого за день                                 |           | 23,43            | 30,40 | 68,21     | 643                     | 1015        |

Повар Л.И.Бостанова