

Меню приготавливаемых блюд

с 01.09.2024

Возрастная категория: 12-18 лет полдник

УТВЕРЖДАЮ

Директор МКОУ "Краснонивинская СОШ" Потрепалова Е.В.

| Прием пищи | Наименование блюда     | Вес блюда  | Пищевые вещества, г. |           |           | Энергет. ценность (ккал) | № рецептуры |
|------------|------------------------|------------|----------------------|-----------|-----------|--------------------------|-------------|
|            |                        |            | Б                    | Ж         | У         |                          |             |
|            | <b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 1</b> | <b>300</b> |                      |           | <b>10</b> | <b>40</b>                |             |
| ПОЛДНИК    |                        | <b>300</b> |                      |           | <b>10</b> | <b>40</b>                |             |
|            | Чай с сахаром          | 200        |                      |           | 10,01     | 40,04                    | 457/1       |
|            | Круассан               | 100        |                      |           |           |                          |             |
|            | <b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 2</b> | <b>300</b> |                      |           | <b>10</b> | <b>40</b>                |             |
| ПОЛДНИК    |                        | <b>300</b> |                      |           | <b>10</b> | <b>40</b>                |             |
|            | Чай с сахаром          | 200        |                      |           | 10,01     | 40,04                    | 457/1       |
|            | Коржик                 | 100        |                      |           |           |                          |             |
|            | <b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 3</b> | <b>350</b> | <b>10</b>            | <b>10</b> | <b>37</b> | <b>278</b>               |             |
| ПОЛДНИК    |                        | <b>350</b> | <b>10</b>            | <b>10</b> | <b>37</b> | <b>278</b>               |             |
|            | Чай с сахаром          | 200        |                      |           | 10,01     | 40,04                    | 457/1       |
|            | Яичница по -деревенски | 150        | 10,40                | 9,73      | 27,27     | 238,15                   | /0          |
|            | <b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 4</b> | <b>300</b> | <b>7</b>             | <b>4</b>  | <b>67</b> | <b>333</b>               |             |
| ПОЛДНИК    |                        | <b>300</b> | <b>7</b>             | <b>4</b>  | <b>67</b> | <b>333</b>               |             |
|            | Сдоба в ассортименте   | 100        | 6,50                 | 4,20      | 57,30     | 293,00                   | /0          |
|            | Чай с сахаром          | 200        |                      |           | 10,01     | 40,04                    | 457/1       |
|            | <b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 5</b> | <b>350</b> | <b>9</b>             | <b>17</b> | <b>64</b> | <b>443</b>               |             |
| ПОЛДНИК    |                        | <b>350</b> | <b>9</b>             | <b>17</b> | <b>64</b> | <b>443</b>               |             |
|            | Чай с сахаром          | 200        |                      |           | 10,01     | 40,04                    | 457/1       |
|            | Манник                 | 130        | 7,80                 | 14,97     | 43,00     | 337,89                   | 550/1       |
|            | Молоко сгущеное        | 20         | 1,44                 | 1,70      | 11,10     | 65,46                    |             |

|         |                        |            |           |           |           |            |       |
|---------|------------------------|------------|-----------|-----------|-----------|------------|-------|
|         | <b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 1</b> | <b>300</b> |           |           | <b>10</b> | <b>40</b>  |       |
| ПОЛДНИК |                        | <b>300</b> |           |           | <b>10</b> | <b>40</b>  |       |
|         | Чай с сахаром          | 200        |           |           | 10,01     | 40,04      | 457/1 |
|         | Круассан               | 100        |           |           |           |            |       |
|         | <b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 2</b> | <b>300</b> |           |           | <b>10</b> | <b>40</b>  |       |
| ПОЛДНИК |                        | <b>300</b> |           |           | <b>10</b> | <b>40</b>  |       |
|         | Чай с сахаром          | 200        |           |           | 10,01     | 40,04      | 457/1 |
|         | Коржик                 | 100        |           |           |           |            |       |
|         | <b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 3</b> | <b>350</b> | <b>10</b> | <b>10</b> | <b>37</b> | <b>278</b> |       |
| ПОЛДНИК |                        | <b>350</b> | <b>10</b> | <b>10</b> | <b>37</b> | <b>278</b> |       |
|         | Чай с сахаром          | 200        |           |           | 10,01     | 40,04      | 457/1 |
|         | Яичница по -деревенски | 150        | 10,40     | 9,73      | 27,27     | 238,15     | /0    |
|         | <b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 4</b> | <b>300</b> | <b>8</b>  | <b>1</b>  | <b>59</b> | <b>274</b> |       |
| ПОЛДНИК |                        | <b>300</b> | <b>8</b>  | <b>1</b>  | <b>59</b> | <b>274</b> |       |
|         | Ватрушка с творогом    | 100        | 7,60      | 0,80      | 49,20     | 234,40     | /0    |
|         | Чай с сахаром          | 200        |           |           | 10,01     | 40,04      | 457/1 |
|         | <b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 5</b> | <b>350</b> | <b>9</b>  | <b>17</b> | <b>64</b> | <b>443</b> |       |
| ПОЛДНИК |                        | <b>350</b> | <b>9</b>  | <b>17</b> | <b>64</b> | <b>443</b> |       |
|         | Чай с сахаром          | 200        |           |           | 10,01     | 40,04      | 457/1 |
|         | Манник                 | 130        | 7,80      | 14,97     | 43,00     | 337,89     | 550/1 |
|         | Молоко сгущеное        | 20         | 1,44      | 1,70      | 11,10     | 65,46      |       |
|         |                        |            |           |           |           |            |       |