

Утверждаю
Директор школы



О.А.Денисова

Прием пищи	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	54-6к	Каша вязкая молочная пшеничная	200	274,9	8,3	10,2	37,6
	54-23гн	Кофейный напиток с молоком	200	86	3,8	2,9	11,3
	Пром.	Вафли	80	416	3,2	22,4	44,6
	54-9в	Булочка школьная	60	172,6	5,2	1,8	34
Обед	54-4с	Рассольник домашний	250	145,1	5,7	7,2	14,5
	54-8м	Тефтели из говядины паровые	80	156,1	10,9	9,5	6,7
	54-2м	Гуляш из говядины	100	232	16,9	16,4	4
	54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	150	233,7	8,3	6,3	36
	54-1г	Макароны отварные	150	196,8	5,4	4,9	32,8
	54-2гн	Чай с сахаром	200	26,8	0,2	0	6,5
	Пром.	Хлеб пшеничный	60	140,6	4,6	0,5	29,5

Повар

Тюкаева Т.Ф.

Ежедневное меню основного питания на 9.10.2023

филиала Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы № 1 г. Спасска основной школы с. Устье

Возрастная категория: с 7 лет до 11

Длительность пребывания детей в школе: 6-7 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Энергетическая ценность (Ккал)
завтрак	Каша вязкая молочная из гречневой крупы	200	208,24
	Чай с лимоном	200	62
	Масло сливочное (порциями)	10	65,72
	Хлеб пшеничный	30	70,14
Итого за завтрак		440	406,1
обед	Винегрет овощной	60	75,06
	Суп с макаронными изделиями и картофелем на курином бульоне	250	144
	Рис отварной	150	210,11
	Тефтели (мясные)	90	140,98
	Компот из свежих яблок витаминизированный	200	114,6
	Хлеб пшеничный	20	46,76
	Хлеб ржано-пшеничный	40	91,96
	Банан	150	141,76
			900
Итого за день:		1340	1371,33

Стоимость завтрака: 35,00 руб. Стоимость обеда: 68,00 руб.

Повар *Макарова* Макарова О.В.

Ежедневное меню основного питания на 9.10.2023

филиала Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы № 1 г. Спасска основной школы с. Устье

Возрастная категория: с 11 лет до 16

Длительность пребывания детей в школе: 6-7 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Энергетическая ценность (Ккал)
завтрак	Каша вязкая молочная из гречневой крупы	200	208,24
	Чай с лимоном	200	62
	Масло сливочное (порциями)	10	65,72
	Хлеб пшеничный	40	93,52
	Итого за завтрак		450
обед	Винегрет овощной	100	125,1
	Суп с макаронными изделиями и картофелем на курином бульоне	250	144
	Рис отварной	200	279,6
	Тефтели (мясные)	90	140,98
	Компот из свежих яблок витаминизированный	200	114,6
	Хлеб пшеничный	30	70,14
	Хлеб ржано-пшеничный	60	137,94
	Итого за обед		930
Итого за день:		1370	1441,84

Стоимость завтрака: 35,00 руб. Стоимость обеда: 45 руб.

Повар *Макарова*

Макарова О.В.