

Утверждаю
Директор школы

О.А.Денисова

19.10.2023



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
	54-21гн	Какао с молоком	200	100,4	4,6	3,6	12,6
	Пром.	Творог с наполнителем	125	167,5	15,4	5	15,1
	Пром.	Печенье	80	360	7,6	7,6	57,6
Обед	54-1с	Щи из свежей капусты со сметаной	250	115,25	5,8	7	7,2
	54-8м	Тефтели из говядины паровые	80	156,1	10,9	9,5	6,7
	54-21м	Курица отварная	80	123,8	25,7	1,9	0,9
	54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	150	233,7	8,3	6,3	36
	54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	81	0,5	0	19,8
	Пром.	Хлеб пшеничный	60	140,6	4,6	0,5	29,5

Повар

Тюкаева Т.Ф.

Тюкаева Т.Ф.

Ежедневное меню основного питания на 19.10.2023

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 пшениной крупы	200	208,24
	Чай с лимоном	200	62
	Масло сливочное (порциями)	10	65,72
	Хлеб пшеничный	30	70,14
Итого за завтрак		450	406,1
обед	Салат из свеклы с зеленым горошком	60	43,74
	Щи из свежей капусты с картофелем	250	157,04
	Плов из курицы	230	351,13
	Компот из свежих яблок витаминизированный	200	114,6
	Хлеб пшеничный	20	46,76
	Хлеб ржано-пшеничный	40	91,96
	Груша свежая	150	68,26
Итого за обед		950	873,49
Итого за день:		1400	1279,59

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

Повар *Маня*

Макарова О.В.

Ежедневное меню основного питания на 19.10.2023

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 пшениной крупы	200	208,24
	Масло сливочное (порциями)	10	65,72
	Чай с лимоном	200	62
	Хлеб пшеничный	40	93,52
Итого за завтрак		410	429,48
обед	Салат из свеклы с зеленым горошком	100	72,9
	Щи из свежей капусты с картофелем	250	157,04
	Плов из курицы	280	427,47
	Компот из свежих яблок витаминизированный	200	114,6
	Хлеб пшеничный	30	70,14
	Хлеб ржано-пшеничный	60	137,94
Итого за обед		920	980,09
Итого за день:		1330	1409,57

Стоимость завтрака: 35,00 руб.

Стоимость обеда: 45,00 руб.

Повар *Маня*

Макарова О.В.