

СОГЛАСОВАНО

МБОУ Григорьевская СОШ

Директор

Гуляева С.Н.



УТВЕРЖДАЮ

ИП Савина М.П.

Индивидуальный предприниматель

Савина М.П.

Дата:

18.06.2025

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория:

7-12 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 1							
ЗАВТРАК	Омлет натуральный	200	17,24	26,16	4,30	320	268
	Какао с молоком	200	3,30	2,90	13,80	94	462
	Бутерброды с сыром (2-й вариант)	45	6,69	10,03	9,51	155,57	64
	Хлеб пшеничный формовой	60	4,56	0,48	29,52	140,4	573
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		505	31,79	39,57	57,13	709,97	
ОБЕД	Щи из свежей капусты с картофелем	250	4,80	8,00	8,42	125,6	104
	Плов из отварной птицы	240	14,76	9,84	29,76	267,6	375
	Овощи свежие (порциями)	30	0,54	0,03	1,41	8,4	148
	Напиток из шиповника	200	0,68	0,28	18,30	78	496
	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47	82
	Хлеб пшеничный формовой	60	4,56	0,48	29,52	140,4	573
	ИТОГО ЗА ОБЕД		880	25,74	19,03	97,21	667
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1385	57,53	58,60	154,34	1376,97	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1385	57,53	58,60	154,34	1376,97	