

УТВЕРЖДЕНО: ИП Плюхина Наталья Иосифовна	СОГЛАСОВАНО: Директор МКОУ Устьпогожинской СШ <u>Крюкова Г. Ф.</u> (И.О.)
--	---



ЛЕТНЕЕ МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет / 3-7 лет

на « 17 » июня 2022г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, гр.		Пищевые вещества, гр.			Энерг. ценность (ккал)	№ рецептуры
		1-3	3-7	Б	Ж	У		
Неделя 2 День 5	ПЯТНИЦА							
Завтрак	Суп молочный вермишелевый	150	200	7,2 7,25	6,81 8,91	21,19 21,36	174,2 182,6	100
	Батон	20	30	1,9	0,70	12,85	65,50	
	Масло сливочное	8	10	1,85 3,37	6,89 9,10	11,58 23,10	112,7 182,9	6
	Кофейный напиток на молоке	150	200	3,6 4,8	4,4 5,9	11,8 15,8	106,5 142,0	414
Итого за завтрак		328	440	14,83 17,60	26,22 30,03	59,72 75,41	495,1 609,2	
Второй завтрак	Фрукт свежий (банан)	100	100	1,5	0,5	21,0	95,0	368
Обед	Борщ на м/к бульоне с фасолью	150	200	2,83 3,54	4,08 5,10	11,62 14,53	94,60 118,25	143
	Овощная нарезка (кукуруза консервированная)	30	40	0,9	2,56	7,0	51,5	50
	Картофельное рагу с мясом (курицей)	150	200	13,70 17,64	15,60 23,0	15,60 18,37	221,1 298,7	708
	Компот из сухофруктов	150	200	0,4 0,54	0,00	20,9 27,85	80,7 107,7	349
	Хлеб пшеничный	40	50	3,3	1,3	23,0	112,0	
	Хлеб ржаной	20	40	1,8	0,65	11,5	120,0	
Итого за обед		540	730	22,57 27,22	24,19 33,41	93,48 99,16	693,40 794,65	
Полдник	Яйцо	40	40	4,20	4,61	31,20	200,8	213
	Икра кабачковая	40	60	0,48 0,72	1,89 2,82	3,08 4,62	31,0 47,0	57
	Хлеб пшеничный	20	20	3,30	1,30	23,0	112,0	
	Чай с сахаром	150	200	0,13	0,01	1,81	60,15	410
Итого за полдник		250	320	8,81 15,08	7,21 8,74	44,09 60,63	353,95 419,95	
Итого за день		1218	1590	8,11 11,35	37,39 72,68	218,29 256,20	1637,4 1918,8	

91-98

Повар: Махадимова

Ответственный по питанию по школе: [Подпись]