

**УТВЕРЖДЕНО:**

ИП Плюхина Наталья Иосифовна



**СОГЛАСОВАНО:**

Директор МКОУ Устьпогожинской СШ



**ЛЕТНЕЕ МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД**

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

на « 24 » июня 2022г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, гр.		Пищевые вещества, гр.			Энерг. ценность (ккал)	№ рецептуры
		1-3	3-7	Б	Ж	У		
Неделя 1 День 5	<b>ПЯТНИЦА</b>							
Завтрак	Каша молочная сборная (пшено, рис)	150	200	7,51 10,06	8,34 11,34	30,44 41,26	227,0 307,0	175
	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
	Чай с сахаром и лимоном	150	200	0,13	0,02	15,2	62,0	393
<b>Итого за завтрак</b>		<b>328</b>	<b>440</b>	<b>11,39 15,46</b>	<b>15,95 21,16</b>	<b>70,07 92,41</b>	<b>467,2 617,4</b>	
Второй завтрак	Сок фруктовый	100	100	0,16	0,00	3,92	18,8	418
Обед	Свекольник на м/к бульоне	150	200	2,04	5,0	14,1	109,75	58
	Овощная нарезка (горошек зелёный)	30	40	1,05	5,0	4,55	33,2	4
	Картофельное пюре	100	150	3,44 4,30	3,10 4,04	20,0 30,03	130,0 198,7	339
	Котлета рыбная	60	80	9,72 13,61	2,33 3,41	5,87 7,14	83,99 113,74	273
	Соус томатный	30	30	0,35 0,35	2,12 2,95	3,77 3,77	35,97 43,45	366
	Кисель фруктовый	150	200	0,04	0,0	24,76	94,2	76
	Хлеб пшеничный	40	50	3,3	1,3	23,0	112,0	
	Хлеб ржаной	20	40	1,8	0,65	11,5	120,0	
<b>Итого за обед</b>		<b>580</b>	<b>790</b>	<b>21,74 26,49</b>	<b>19,5 22,35</b>	<b>107,55 119,12</b>	<b>719,11 825,04</b>	
Полдник	Кондитерские изделия (вафли)	20	35	2,9	3,33	77,5	354,17	
	Чай с сахаром	150	200	0,13	0,01	1,81	60,15	410
<b>Итого за полдник</b>		<b>270</b>	<b>335</b>	<b>3,33</b>	<b>3,34</b>	<b>79,31</b>	<b>424,32</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1278</b>	<b>1665</b>	<b>36,62 45,44</b>	<b>38,79 46,85</b>	<b>260,85 294,76</b>	<b>1629,43 1885,56</b>	
								<b>91-98</b>

Повар: Махадинов

Ответственный по питанию по школе: Ры