

| | |
|---|--|
| УТВЕРЖДЕНО: ИП Плюхина Наталья Иосифовна  <u>Плюхина Н.И.</u> <small>М.П.</small> | СОГЛАСОВАНО: Директор МКОУ Устьпогожинской СШ  <u>Крюкова Г. Ф.</u> <small>М.П. (ФО)</small> |
|---|--|



ЛЕТНЕЕ МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД

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

на « 02 » августа 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 2 | Вторник | | | | | | | |
| Завтрак | Каша молочная манная | 150 | 200 | 5,69 7,3 | 6,9 8,3 | 28,96 35,7 | 171,5 228,0 | 311 |
| | Батон | 20 | 30 | 1,6 | 1,2 | 9,8 | 56,8 | |
| | Повидло | 15 | 20 | 2,94 | 4,64 | 16,38 | 184,0 | |
| | Какао с молоком | 150 | 200 | 3,07 4,1 | 3,2 4,3 | 14,7 19,7 | 111,0 148,0 | 416 |
| Итого за завтрак | | 335 | 450 | 13,3 15,94 | 15,94 18,44 | 69,84 81,58 | 523,3 616,8 | |
| Второй завтрак | Фрукт свежий (яблоко) | 100 | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47,0 | 368 |
| Обед | Борщ на м/к бульоне | 150 | 200 | 1,93 2,54 | 4,36 5,2 | 13,12 17,5 | 75,9 114,1 | 110 |
| | Овощ. нарезка (огурец свежий) | 30 | 40 | 0,8 | 0,1 | 2,8 | 15,0 | |
| | Суфле мясное | 80 | 100 | 15,48 20,7 | 8,58 14,3 | 3,66 6,1 | 155,04 258,4 | 287 |
| | 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 | | 470 | 630 | 23,71 29,36 | 14,99 21,51 | 74,98 87,45 | 477,94 720,6 | |
| Полдник | Кондитерское изделия (пряник) | 20 | 40 | 2,9 | 3,33 | 77,5 | 354,17 | |
| | Снежок | 150 | 200 | 4,32 | 5,12 | 17,28 | 132,48 | |
| Итого за полдник | | 170 | 240 | 7,22 | 8,45 | 94,78 | 486,65 | |
| Итого за день: | | 975 | 1320 | 43,79 40,68 | 39,33 48,4 | 237,93 263,8 | 1559,89 1824,05 | |
| | | | | | | | | 91-98 |

Повар: Махадишова

Ответственный по питанию по школе: 