

УТВЕРЖДЕНО:

ИП Плюхина Наталья Иосифовна

СОГЛАСОВАНО:

Директор МКОУ Устьпогожинской СШ

МП



Крюкова / Крюкова Г. Ф.
 (ФИО)

ЛЕТНЕЕ МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД

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

на « 10 » августа 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 3	СРЕДА								
Завтрак	Каша молочная пшеничная	150	200	7,51	8,34	30,44	227,0	177	
				10,06	11,34	41,26	307,0		
	Батон	20	30	1,9	0,70	12,85	65,50		
	Масло сливочное	8	10	1,85	6,89	11,58	112,7	6	
	Кофейный напиток на молоке	150	200	3,6	4,4	11,8	106,5	414	
				4,8	5,9	15,8	142,0		
Итого за завтрак		328	440	14,56	20,83	63,62	503,0		
				19,83	27,54	89,86	688,7		
Второй завтрак	Фрукт свежий (яблоко)	100	100	0,4	0,4	9,8	47,0	368	
Обед	Суп клецки на м/к бульоне	150	200	1,93	3,45	12,88	88,43	158	
				2,53	4,60	17,10	117,90		
	Овощная нарезка (редис, огурец свежий)	30	40	0,6	0,2	4,2	20,0		
					0,8	0,1	3,4		
	Гороховое пюре	100	130	2,25	0,21	14,49	76,50	330	
					2,69	0,28	17,39	91,80	
	Гуляш	60	80	15,42	12,41	3,96	189,0	293	
				18,05	14,26	4,58	218,0		
Компот из сухофруктов	150	200	0,4	0,00	20,9	80,7	349		
				0,54		27,85	107,7		
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		550	740	25,70	18,22	97,59	731,63		
				29,31	23,65	105,33	805,40		
Полдник	Кондитерские изделия (рогалик)	20	40	2,9	3,33	77,5	354,17		
	Кисель фруктовый	150	200	0,04	0,00	24,76	94,2	76	
Итого за полдник		170	240	2,94	3,33	102,26	448,37		
Итого за день		1148	1520	43,6	48,21	273,27	1730,0		
								91-98	

Повар: МахадиноваОтветственный по питанию по школе: Ан