УТВЕРЖДЕНО:	**СОГЛАСОВАНО:**
ИП Плюхина Наталья Иосифовна	Директор МКОУ Устьпогожинской СШ
_____ / *Плюхина Н.И.*	_____ / Крюкова Г. Ф.
м.п. (ФИО)	м.п. (ФИО)

ЛЕТНЕЕ МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД

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

на « 19 » августа 2022г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, гр.		Пищевые вещества, гр.			Энерг. ценность (ккал)	№ рецептуры
				Б	Ж	У		
Неделя 1 День 5	**ПЯТНИЦА**	**1-3**	**3-7**					
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
Итого за завтрак		**328**	**440**	**11,39 15,46**	**15,95 21,16**	**70,07 92,41**	**467,2 617,4**	
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	
Итого за обед		**580**	**790**	**21,74 26,49**	**19,5 22,35**	**107,55 119,12**	**719,11 825,04**	
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
Итого за полдник		**270**	**335**	**3,33**	**3,34**	**79,31**	**424,32**	
Итого за день		**1278**	**1665**	**36,62 45,44**	**38,79 46,85**	**260,85 294,76**	**1629,43 1885,56**	
								91-98

Повар: Махадиева

Ответственный по питанию по школе: _____