

УТВЕРЖДЕНО: ИП Плюхина Наталья Иосифовна	СОГЛАСОВАНО: Директор МКОУ Устьюгожинской СШ <i>Крюкова Г. Ф.</i> Крюкова Г. Ф. (ОЛЮ)
--	--



ЛЕТНЕЕ МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД

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

на « 26 » 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 5	ПЯТНИЦА							
Завтрак	Суп молочный вермишелевый	150	200	7,2	6,81	21,19	174,2	100
				7,25	8,91	21,36	182,6	
	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	3,37	9,10	23,10	182,9	414
				3,6	4,4	11,8	106,5	
Итого за завтрак		328	440	4,8	5,9	15,8	142,0	
				14,83	26,22	59,72	495,1	
				17,60	30,03	75,41	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	4,08	11,62	94,60	143
				3,54	5,10	14,53	118,25	
	Овощная нарезка (кукуруза консервированная)	30	40	0,9	2,56	7,0	51,5	50
	Картофельное рагу с мясом (курицей)	150	200	13,70	15,60	15,60	221,1	708
				17,64	23,0	18,37	298,7	
	Компот из сухофруктов	150	200	0,4	0,00	20,9	80,7	349
			0,54		27,85	107,7		
Итого за обед	Хлеб пшеничный	40	50	3,3	1,3	23,0	112,0	
	Хлеб ржаной	20	40	1,8	0,65	11,5	120,0	
		540	730	22,57	24,19	93,48	693,40	
				27,22	33,41	99,16	794,65	
Полдник	Яйцо	40	40	4,20	4,61	31,20	200,8	213
	Икра кабачковая	40	60	0,48	1,89	3,08	31,0	57
				0,72	2,82	4,62	47,0	
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	6,81	7,21	44,09	353,95	
				15,08	8,74	60,63	419,95	
Итого за день		1218	1590	8,11	37,39	218,29	1637,4	
				11,35	72,68	256,20	1918,8	
								91-98

Повар: Махадишова

Ответственный по питанию по школе: *Ор*