УТВЕРЖДЕНО:	СОГЛАСОВАНО:
ИП Плюхина Наталья Иосифовна	Директор МКОУ Утьяного жинской СШ
Плюхина Н.И.	Г.Ф. Крюкова
М.П. (ФИО)	М.П. (ФИО)

ЗИМНЕЕ МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД

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

на « 07 » ноября 2022г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, гр.		Пищевые вещества, гр.			Энерг. ценность (ккал)	Стоимость руб.
				Б	Ж	У		
Неделя 1 День 1	ПОНЕДЕЛЬНИК	1-3	3-7					
Завтрак	Запеканка из творога	120	150	21,04 26,31	14,46 18,09	20,58 25,74	296,0 372,0	
	Соус сметанный сладкий	25	30	2,18	8,12	15,15	101,7	
	Кофейный напиток на молоке	150	200	3,6 4,8	4,4 5,9	11,8 15,8	106,5 142,0	
Итого за завтрак		295	380	26,82 33,29	26,98 32,11	47,53 56,69	504,2 615,7	
Второй завтрак	Сок фруктовый	100	100	0,16	0,00	3,92	18,8	
Обед	Суп гороховый на м/к бульоне	150	200	1,5 2,0	4,35 6,35	13,58 18,1	68,5 91,3	
	Овощи (свекла)	30	40	0,9	2,56	7,0	51,5	
	Плов с мясом	150	170	7,74 13,3	10,38 13,3	19,66 29,46	239,2 342,0	
	Кисель фруктовый	150	200	0,04	0,00	24,76	94,2	
	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		540	700	15,28 25,55	19,24 24,16	99,50 113,92	685,4 811,0	
Полдник	Булочка ванильная	60	80	2,9 4,2	4,01 4,61	16,2 31,2	150,8 200,8	
	Чай с сахаром	150	200	0,13	0,01	1,81	60,15	
Итого за полдник		210	280	7,23	8,63	49,21	411,7	
Итого за день:		1045	1360	108,17	111,12	366,85	3028,0	
								91-98

Повар: Махадинова

Ответственный по питанию :