

Утверждаю:

директор МКОУ «Кисловодская СШ»

Т.В.Мельникова

МЕНЮ 16.03.2023

9 день

**Первый прием пищи**

**Завтрак (возрастная группа 7-11 лет)**

| № рец. по сбор. | Прием пищи, наименование блюда                    | Масса порции с 7 до 11 лет | Пищевые вещества (г) |       |       | Энергет. ценность |
|-----------------|---|----------------------------|----------------------|-------|-------|-------------------|
|                 |   |                            | Б                    | Ж     | У     |                   |
| 182/2017        | Каша гречневая жидкая молочная с маслом и сахаром | 200                        | 8,26                 | 11,80 | 41,05 | 304,00            |
| 15/2017         | Сыр порциями                                      | 10                         | 2,32                 | 2,95  | 0,00  | 36,00             |
| 338/2017м       | Фрукт свежий (яблоко)                             | 100                        | 0,40                 | 0,40  | 9,80  | 47,00             |
| 701/2010м       | Хлеб пшеничный                                    | 30                         | 2,31                 | 0,72  | 16,02 | 79,80             |
| 378/2017м       | Чай с молоком                                     | 200                        | 1,52                 | 1,35  | 15,9  | 81                |
|                 | Итого   | 540                        | 14,8                 | 17,2  | 82,8  | 547,8             |

**Первый прием пищи**

**Завтрак (возрастная группа 12-18 лет)**

| № рец. по сбор. | Прием пищи, наименование блюда                    | Масса порции с 12 до 18 лет | Пищевые вещества (г) |       |       | Энергет. ценность |
|-----------------|---|-----------------------------|----------------------|-------|-------|-------------------|
|                 |   |                             | Б                    | Ж     | У     |                   |
| 182/2017        | Каша гречневая жидкая молочная с маслом и сахаром | 250                         | 10,30                | 13,84 | 51,31 | 380,68            |
| 15/2017         | Сыр порциями                                      | 10                          | 2,32                 | 2,95  | 0,00  | 36,00             |
| 338/2017м       | Фрукт свежий (яблоко)                             | 100                         | 0,40                 | 0,40  | 9,80  | 47,00             |
| 701/2010м       | Хлеб пшеничный                                    | 40                          | 3,08                 | 0,96  | 21,36 | 106,40            |
| 378/2017м       | Чай с молоком                                     | 200                         | 1,52                 | 1,35  | 15,9  | 81                |
|                 | Итого   | 600                         | 17,6                 | 19,5  | 98,4  | 651,1             |