

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ Поклоновская ОШ

Селиванов В.А.



15-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 5-11 лет

(гор:

05.03.2024

Сборник рецептов блюд при общеобразоват.
школах под редакцией В.Т.Лапшиной
2004 Сборник рецептов В.А.Тутельяна
2022

Завтрак

1

Сезон:осенне-зимний-весенний

Прием пищи	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	каша молочная	213	42.10	285.80	8.60	10.56	15.25
	гор.блюдо	клубничкой	100	26.70	190	3	5	29
	гор.напиток	кофейный напиток	200	19.10	91	2.85	2.41	14.38
	хлеб	Хлеб пшеничный	60	7.10	128.52	3.68	1.28	25.12
	фрукты							
			итого БЖУ			695.32	18.13	19.25
		Итого сумма		95,00				
Обед	закуска							
	1 блюдо							

2 блюдо							
гарнир							
сладкое							
хлеб бел.							
хлеб черн.							
фрукты							

ячие завтраки и обеды)