

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ Поклоновская ОШ

Селиванов В.А.



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

(гор:

11.03.2024

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	Плов из птицы	250	61,00	443	13.10	14.30	43.20
	гор.напиток	Чай с сахаром и лимоном	222	6,00	27.90	0.3	0	6.7
	хлеб	Хлеб пшеничный	60	7,00	128.52	3.68	1.28	12.56
	фрукты							
	закуска	огурец соленый	60	20.90	26.80	1.08	3.04	1.04
		итого БЖУ				626.22	18.16	18.62
	Итого сумма			95,00				
Обед	закуска							
	1 блюдо							

2 блюдо							
гарнир							
сладкое							
хлеб бел.							
хлеб черн.							
фрукты							

ячие завтраки и обеды)