

УТВЕРЖДАЮ:
 Директор МБОУ Поклоновская ОШ



Зеливанов В.А.

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

04.04.2024

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

Завтрак

1

Сезон:осенне-зимний-весенний

Прием пищ	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	Тефтеля домашняя п/ф с красным соусом	150	58.30	363.10	6.27	10.32	14.93
	гор.блюдо	гречка отварная	180	24.40	238.90	8.20	6.90	33.90
	гор.напиток	чай каркаде с сахаром	215	4.30	28.80	0.10	0	4.50
	хлеб	Хлеб пшеничный	60	7,00	128.52	3.68	1.28	16.75
	фрукты							
	закуска							
			итого БЖУ Итого сумма		95,00	759.32	18.25	18.50
Обед	закуска							
	1 блюдо							
	2 блюдо							
	гарнир							

сладкое							
хлеб бел.							
хлеб черн.							
фрукты							

(горячие завтраки и обеды)