

УТВЕРЖДАЮ:
 Директор МБОУ Поклоновская ОШ



Зеливанов В.А.

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

05.04.2024

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	Каша молочная с м. слив (с хлопьями овсяными)	213	42.10	285.80	8.60	10.56	15.25	
	гор.блюдо	Блин с	100	26.70	190	3	5	29	
	гор.напиток	Кофейный напиток с молоком	200	19.10	91	2.85	2.41	14.38	
	хлеб	Хлеб пшеничный в/с	60	7.10	128.52	3.68	1.28	25.12	
	фрукты								
		итого БЖУ				695.32	18.13	19.25	83.75
		Итого сумма			95,00				
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								

сладкое							
хлеб бел.							
хлеб черн.							
фрукты							

(горячие завтраки и обеды)