

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ Поклоновская ОШ

Селиванов В.А.



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

(гор:

25.04.2024

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		Тефтеля домашняя п/ф с красным соусом						
	гор.блюдо		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			759.32	18.25	18.50	82.75
		Итого сумма		95,00				

Обед	закуска							
	1 блюдо							
	2 блюдо							
	гарнир							
	сладкое							
	хлеб бел.							
	хлеб черн.							
	фрукты							

ячие завтраки и обеды)