

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ Поклоновская ОШ

Селиванов В.А.



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

(гор:

22.05.2024

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 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							

ячие завтраки и обеды)