

16.04.2021

Меню на каждый день (1-11кл)

Утверждаю

Директор

МКОУ «Новомаксимовская СОШ»

/Кагальницкова М.П.



Прием пищи, наименование блюда (7-11 лет)	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал			
Завтрак								
Гуляш №260	90	13,4	15,5	3,4	206,5	260	2011	
Каша гречневая рассыпчатая №341К	160	6,5	5,1	29,7	190,3	341К	2016	
Чай с сахаром и лимоном №377	200/15/7	0,2	0,0	15,0	61,6	377	2011	
Хлеб пеклеванный (1 сорт)	50	3,2	0,4	20,6	98,9			
Итого за прием пищи:	500	23,3	21,0	68,7	557,3			

Прием пищи, наименование блюда (12-18 лет)	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
Гуляш №260	100	15,0	17,1	3,6	228,3	260	2011
Каша гречневая рассыпчатая №341К	200	8,1	6,4	37,1	237,7	341К	2016
Чай с сахаром и лимоном №377	200/15/7	0,2	0,0	15,0	61,6	377	2011
Хлеб пеклеванный (1 сорт)	50	3,2	0,4	20,6	98,9		
Итого за прием пищи:		26,5	23,9	76,3	626,5		

Меню на каждый день (ОВЗ)

Прием пищи, наименование блюда (7-11 лет)	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
Гуляш №260	90	13,4	15,5	3,4	206,5	260	2011
Каша гречневая рассыпчатая №341К	160	6,5	5,1	29,7	190,3	341К	2016
Чай с сахаром и лимоном №377	200/15/7	0,2	0,0	15,0	61,6	377	2011
Хлеб пеклеванный (1 сорт)	50	3,2	0,4	20,6	98,9		
Итого за прием пищи:	500	23,3	21,0	68,7	557,3		
2-й завтрак							
Вафли	40	1,1	1,3	30,0	137,4		
Напиток лимонный №699	200	0,1	0,0	23,7	97,4	699	2004
Итого за прием пищи:		1,2	1,3	53,7	234,8		
Всего:		24,5	22,3	122,4	792,1		

Прием пищи, наименование блюда (12-18 лет)	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
Гуляш №260	100	15,0	17,1	3,6	228,3	260	2011
Каша гречневая рассыпчатая №341К	200	8,1	6,4	37,1	237,7	341К	2016
Чай с сахаром и лимоном №377	200/15/7	0,2	0,0	15,0	61,6	377	2011
Хлеб пеклеванный (1 сорт)	50	3,2	0,4	20,6	98,9		
Итого за прием пищи:		26,5	23,9	76,3	626,5		
2-й завтрак							
Вафли	40	1,1	1,3	30,0	137,4		
Напиток лимонный №699	200	0,1	0,0	23,7	97,4	699	2004
Итого за прием пищи:		1,2	1,3	53,7	234,8		
Всего:		27,7	25,2	130,0	861,3		

Повар: Лихачева Л.Н. /Лихачева Л.Н./