

Утверждаю

Директор школы

МБОУ "Школа № 1" г. Улан-Удэ

М.П. [подпись]

М.П. [подпись]

Утверждено

Директор школы _____

Сборник рецензий

Меню на 04.06 2025									
Наименование блюда	Масса	Цена	белки	жиры	углеводы	калории	Сборник рецептов	№Рецептуры	
	г.		г.	г.	г.	ккал			
Омлет натуральный	250	29,69	8,7	6,3	44,5	281	НИИ гигиены 2020	54-10-2020, ТТК 12	
Сыр твердых сортов в нарезке	30	13,40	7,02	5,80	0,00	109,10	НИИ гигиены 2020	54-13-2020	
Батон нарезной	60	6,64	2,80	0,80	20,00	105,60	Сборник рецептов 2012	125	
Чай черный байховый с молоком и сахаром	200	19,24	1,50	1,40	8,60	52,90	НИИ гигиены 2020	54-11н-2020	
Итого за завтрак	540	68,97	20,02	14,3	73,1	548,6			
Обед									
Суп картофельный с рисовой крупой	300	16,72	2,3	8,3	19,8	164	Сборник рецептов 2011	104	
Жаркое по-домашнему	250	65,40	25,50	19,80	25,75	382,87	НИИ гигиены 2020	54-9м-2020	
Чай черный байховый с сахаром	200	6,02	0,20	0,00	6,40	26,40	НИИ гигиены 2020	54-11н-2020	
Хлеб ржано-пшеничный пеклеванный	30	2,00	6,50	0,80	33,80	177,60	Треб. по орг. питания 2012	13003	
Хлеб пшеничный формовой белый 1 сорт	30	2,00	2,40	0,30	14,60	72,60	Треб. по орг. питания 2012	13003	
Итого за Обед	810	92,14	36,90	29,20	100,35	823,47			
Итого за день	1350	161,11	56,92	43,5	173,45	1372,07			