

«Утверждено»  
 Прудников А.А.  
 Директор МАОУ «Володарская СОШ»

Фактическое меню на «12» 03 2024 г.  
 ПО «Первомайское»

№ рецептуры	Название блюда	Возраст 1-4 класс	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Возраст 5-11 класс	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
		Масса					Масса				
		г	г	г	г	ккал	г	г	г	г	ккал
	Вторник, 2 неделя										
	<b>Завтрак</b>										
Пром.	Кондитерское изделие	60	4,5	5,9	44,6	146,1	60	4,5	5,9	44,6	146,1
54-12м	Плов с курицей	200	27,2	8,1	33,2	314,6	250	34	10,1	41,5	393,3
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0,13	0,02	15,2	62	200	0,13	0,02	15,2	62
Пром.	хлеб пшеничный йодированный	40	3	0,3	19,7	93,8	40	3	0,3	19,7	93,8
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>500</b>	<b>34,83</b>	<b>14,32</b>	<b>112,7</b>	<b>616,5</b>	<b>550</b>	<b>41,6</b>	<b>16,32</b>	<b>121</b>	<b>695,2</b>

№ рецептуры	Название блюда	Возраст 1-4 класс	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Возраст 5-11 класс	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
		Масса					Масса				
		г	г	г	г	ккал	г	г	г	г	ккал
	Вторник, 2 неделя										
	<b>Обед</b>										
54-10с	Суп крестьянский с крупой (крупя перловая)	200	5,1	5,8	10,8	115,6	250	6,4	7,2	13,5	144,5
54-22м	Рагу из курицы	200	21	7	17,5	217,3	250	26,2	8,8	21,9	271,7
200	Кисель с витаминами "Витошка"	200	0	0	22,1	88,3	200	0	0	22,1	88,3
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	0,6	19,8	97,8	60	4	0,7	23,8	117,4
Пром.	Яблоко	130	0,5	0,5	12,7	57,7	130	0,5	0,5	12,7	57,7
Пром.	хлеб пшеничный йодированный	60	4,6	0,5	29,5	140,6	60	4,6	0,5	29,5	140,6
	<b>Итого за Обед</b>	<b>840</b>	<b>34,5</b>	<b>14,4</b>	<b>112,4</b>	<b>717,3</b>	<b>950</b>	<b>41,7</b>	<b>17,7</b>	<b>124</b>	<b>820,2</b>

№ рецептуры	Название блюда	Возраст 1-4 класс	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Возраст 5-11 класс	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
		Масса					Масса				
		г	г	г	г	ккал	г	г	г	г	ккал
	Вторник, 2 недели										
	<b>Завтрак</b>										
Пром.	Кондитерское изделие	60	4,5	5,9	44,6	146,1	60	4,5	5,9	44,6	146,1
54-12м	Плов с курицей	200	27,2	8,1	33,2	314,6	250	34	10,1	41,5	393,3
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0,13	0,02	15,2	62	200	0,13	0,02	15,2	62
Пром.	хлеб пшеничный йодированный	40	3	0,3	19,7	93,8	40	3	0,3	19,7	93,8
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>500</b>	<b>34,83</b>	<b>14,32</b>	<b>112,7</b>	<b>616,5</b>	<b>550</b>	<b>41,6</b>	<b>16,32</b>	<b>121</b>	<b>695,2</b>
	<b>Завтрак2</b>										
Пром.	Кондитерское изделие	50	3,8	4,94	37,35	122,35	50	3,8	4,94	37,4	122,35
	<b>Итого за Завтрак 2</b>	<b>50</b>	<b>3,8</b>	<b>4,94</b>	<b>37,35</b>	<b>122,35</b>	<b>50</b>	<b>3,8</b>	<b>4,94</b>	<b>37,4</b>	<b>122,35</b>

Повар Шува Шувалиева Г.К.