

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

Фактическое меню на «20» 03 2024 г.
ПО «Первомайское»

№ рецептуры	Название блюда	Возраст 1-4 класс Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Возраст 5-11 класс Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	Среда, 1 неделя										
	Завтрак										
54-16з	Винегрет с растительным маслом	60	0,7	5,4	4	67,1	100	1,2	8,9	6,7	111,9
54-11г	Картофельное пюре	150	3,1	5,3	19,8	139,4	180	3,7	6,4	23,8	167,2
290	Птица, тушенная в соусе	90	12,2	14	2,5	185	100	13,5	15,6	2,8	205,6
54-21гн	Какао с молоком	200	4,7	3,5	12,5	100,4	200	4,7	3,5	12,5	100,4
Пром.	хлеб пшеничный йодированный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	30	2,3	0,2	14,8	70,3
	Итого за Завтрак	530	23	28,4	53,6	562,2	610	25,4	34,6	60,6	655,4

№ рецептуры	Название блюда	Возраст 1-4 класс Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Возраст 5-11 класс Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	Среда, 1 неделя										
	Обед										
54-24с	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	4,8	2,2	15,5	100,9	250	6	2,7	19,4	126,1
54-5г	Каша перловая рассыпчатая	150	4,4	5,3	30,5	187,1	180	5,3	6,3	36,6	224,5
54-6м	Биточек из говядины в соусе	100	15,6	14,6	15,8	257,2	110	17,4	16,4	17,5	286,9
Пром.	Сок яблочный	200	1	0,2	20,2	86,6	200	1	0,2	20,2	86,6
Пром.	хлеб пшеничный йодированный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	40	3	0,3	19,7	93,8
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	30	2	0,4	11,9	58,7	30	2	0,4	11,9	58,7
Пром.	Булочка сдобная "Веснушка"	100	7,7	2,4	53,4	266	100	7,7	2,4	53,4	266
	Итого за Обед	810	37,8	25,3	162,1	1026,8	910	42,4	28,7	179	1143

№ реце- птур ы	Название блюда	Возра- ст 1-4 класс	Бел- ки	Жи- ры	Углево- ды	Энергетиче- ская ценность	Возра- ст 5- 11 класс	Бел- ки	Жи- ры	Углево- ды	Энергетиче- ская ценность	
		Масс а					Масс а					ккал
	Среда, I неделя											
	Завтрак											
54- 16з	Винегрет с растительны м маслом	60	0,7	5,4	4	67,1	100	1,2	8,9	6,7	111,9	
54- 11г	Картофельно е пюре	150	3,1	5,3	19,8	139,4	180	3,7	6,4	23,8	167,2	
290	Птица, тушенная в соусе	90	12,2	14	2,5	185	100	13,5	15,6	2,8	205,6	
54- 21гн	Какао с молоком	200	4,7	3,5	12,5	100,4	200	4,7	3,5	12,5	100,4	
Пром .	хлеб пшеничный йодированны й	30	2,3	0,2	14,8	70,3	30	2,3	0,2	14,8	70,3	
	Итого за Завтрак	530	23	28,4	53,6	562,2	610	25,4	34,6	60,6	655,4	
	Завтрак2											
Пром .	Кондитерско е изделие	50	3,8	4,94	37,35	122,35	50	3,8	4,94	37,4	122,35	
	Итого за Завтрак 2	50	3,8	4,94	37,35	122,35	50	3,8	4,94	37,4	122,35	

Повар _____ Шувалиева Г.К.