



Прудников А.А.
Директор МАОУ «Воподарская СОШ»

Фактическое меню на « 4 » 04 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				
	Четверг, 1 неделя	г	г	г	г	ккал	г	г	г	г	ккал
	Завтрак										
54-22м	Рагу из курицы	220	21	7	17,5	273,8	250	26,2	8,8	21,9	271,7
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	60	4,6	0,5	29,5	140,6
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,5	15,8	78,3	40	2,6	0,5	15,8	78,2
	Итого за Завтрак	500	26,73	7,82	68,2	507,9	550	33,5	9,82	82,4	552,5

№ рецептуры	Название блюда	Возраст 1-4 класс	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Возраст 5-11 класс	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
		Масса					Масса				
	Четверг, 1 неделя	г	г	г	г	ккал	г	г	г	г	ккал
	Обед										
54-34з	Салат картофельный с морковью и кукурузой	60	1,7	4,3	6,2	70,3	100	2,8	7,2	10,4	117,2
54-25с	Суп гороховый	200	6,5	2,8	14,9	110,9	250	8,2	3,5	18,7	138,7
54-11г	Картофельное пюре	150	3,1	5,3	19,8	139,4	180	3,7	6,4	23,8	167,2
54-5.1р	Котлета рыбная с морковью (минтай) в соусе	100	13,3	4,9	5,7	128,2	110	12,1	4,5	7,2	117,9
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	200	3,9	2,9	11,2	86	200	3,9	2,9	11,2	86
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,5	15,8	78,2	60	4,6	0,5	29,5	140,6
Пром.	хлеб пшеничный йодированный	60	4,6	0,5	29,5	140,6	40	2,6	0,5	15,8	78,2
	Итого за Обед	810	35,7	21,2	103,1	753,6	940	37,9	25,5	117	845,8

№ 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
	Четверг, I недели										
	Завтрак										
54-22м	Рагу из курицы	220	21	7	17,5	273,8	250	26,2	8,8	21,9	271,7
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	60	4,6	0,5	29,5	140,6
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,5	15,8	78,3	40	2,6	0,5	15,8	78,2
	Итого за Завтрак	500	26,73	7,82	68,2	507,9	550	33,5	9,82	82,4	552,5
	Завтрак2										
Пром.	Кондитерское 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 Шува Шувалиева Г.К.