

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

Фактическое меню на « 7 » 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
	Четверг, 1 неделя										
	<b>Завтрак</b>										
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
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>500</b>	<b>26,73</b>	<b>7,82</b>	<b>68,2</b>	<b>507,9</b>	<b>550</b>	<b>33,5</b>	<b>9,82</b>	<b>82,4</b>	<b>552,5</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
	Четверг, 1 неделя										
	<b>Обед</b>										
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
	<b>Итого за Обед</b>	<b>810</b>	<b>35,7</b>	<b>21,2</b>	<b>103,1</b>	<b>753,6</b>	<b>940</b>	<b>37,9</b>	<b>25,5</b>	<b>117</b>	<b>845,8</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
	Четверг, 1 неделя										
	<b>Завтрак</b>										
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
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>500</b>	<b>26,73</b>	<b>7,82</b>	<b>68,2</b>	<b>507,9</b>	<b>550</b>	<b>33,5</b>	<b>9,82</b>	<b>82,4</b>	<b>552,5</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 Шувалиева Г.К. Шувалиева Г.К.