

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

Фактическое меню на « 7 » 05 2024 г.
 ПО «Первомайское»

№ рецептур ы	Название блюда	Возраст 1-4	Белк и	Жир ы	Угледо ды	Энергетиче ская ценность	Возраст 5-11	Белк и	Жир ы	Угледо ды	Энергетиче ская ценность
		класс Масса					класс Масса				
		г	г	г	г	ккал	г	г	г	г	ккал
	Вторник, 2 неделя										
	Завтрак										
Пром.	Кондитерско е 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 йодирован ный	40	3	0,3	19,7	93,8	40	3	0,3	19,7	93,8
	Итого за Завтрак	500	34,83	14,32	112,7	616,5	550	41,6	16,32	121	695,2

№ реце пту ры	Название блюда	Возраст 1-4	Белк и	Жир ы	Угледо ды	Энергетиче ская ценность	Возраст 5-11	Белк и	Жир ы	Угледо ды	Энергетиче ская ценность
		класс Масса					класс Масса				
		г	г	г	г	ккал	г	г	г	г	ккал
	Вторник, 2 неделя										
	Обед										
54-10с	Суп крестьянский с крупой (круп 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
Про м.	Хлеб ржано- пшеничный	50	3,3	0,6	19,8	97,8	60	4	0,7	23,8	117,4
Про м.	Яблоко	130	0,5	0,5	12,7	57,7	130	0,5	0,5	12,7	57,7
Про м.	хлеб пшеничный йодированный	60	4,6	0,5	29,5	140,6	60	4,6	0,5	29,5	140,6
	Итого за Обед	840	34,5	14,4	112,4	717,3	950	41,7	17,7	124	820,2

№ 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										
	Завтрак										
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 курницей	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
	Итого за Завтрак	500	34,83	14,32	112,7	616,5	550	41,6	16,32	121	695,2
	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  Шувалиева Г.К.