

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

2024 г.

Фактическое меню на «16» 11
 ПО «Первомайское»

№ рецептуры	Название блюда	Возраст 1-4 класс	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
		Масса				
		г	г	г	г	ккал
Суббота, 1 неделя						
	Завтрак					
54-34з	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	1,2	3,69	13,56	92,1
54-1г	Макароны отварные	150	5,3	4,9	32,8	196,8
54-25м	Курица тушеная с морковью	90	12,7	5,2	4	113,7
54-21гн	Какао с молоком	200	4,7	3,5	12,5	100,4
Пром.	хлеб пшеничный йодированный	20	1,5	0,2	9,8	46,9
	Итого за Завтрак	520	25,4	17,49	72,66	549,9

№ рецептуры	Название блюда	Возраст 5-11 класс	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
		Масса				
		г	г	г	г	ккал
Суббота, 1 неделя						
	Завтрак					
54-8з	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1,6	10,1	9,6	135,9
54-1г	Макароны отварные	180	6,4	5,9	39,4	236,2
54-25м	Курица тушенная с морковью	100	14	5,8	4,4	126,4
54-21гн	Какао с молоком	200	4,7	3,5	12,5	100,4
Пром.	хлеб пшеничный йодированный	30	2,3	0,2	14,8	70,3
	Итого за Завтрак	610	29	25,5	80,7	669,2

№ 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
Суббота, 1 неделя											
	Завтрак										
54-34з	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	1,2	3,69	13,56	92,1	100	1,6	10,1	9,6	135,9
54-1г	Макароны отварные	150	5,3	4,9	32,8	196,8	180	6,4	5,9	39,4	236,2
54-25м	Курица тушеная с морковью	90	12,7	5,2	4	113,7	100	14	5,8	4,4	126,4
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	20	1,5	0,2	9,8	46,9	30	2,3	0,2	14,8	70,3

	йодированный										
	Итого за Завтрак	520	25,4	17,49	72,66	549,9	610	29	25,5	80,7	669,2
	Завтрак2										
Пром.	Сок натуральный в индивидуальной упаковке	200	0,34	0	43,7	84,8	200	0,34	0	43,7	84,8
	Итого:	200	0,34	0	43,7	84,8	200	0,34	0	43,7	84,8

Повар *Шу* Шувалиева Г.К.