



«Утверждаю»

Прудников А.А.

Директор МАОУ «Володарская СОШ»

Фактическое меню на «18» 11 2024 г.
ПО «Первомайское»

| № рецептуры | Название блюда | Возраст 1-4 класс | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность |
|------------------------------|-----------------------------|-------------------|-------------|--------------|-----------|-------------------------|
| | | Масса | | | | |
| | | г | г | г | г | ккал |
| Понедельник, 2 неделя | | | | | | |
| | Завтрак | | | | | |
| 54-4г | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 8,2 | 6,3 | 35,9 | 175 |
| 54-23м | Биточек из курицы в соусе | 100 | 16,3 | 5,1 | 13,4 | 156,1 |
| 376 | Чай с сахаром | 200 | 0,7 | 0,02 | 15 | 60 |
| Пром. | хлеб пшеничный йодированный | 30 | 2,3 | 0,2 | 14,8 | 70,3 |
| Пром. | Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1,3 | 0,2 | 7,9 | 39,1 |
| | Итого за Завтрак | 500 | 28,8 | 11,82 | 87 | 500,5 |

| № рецептуры | Название блюда | Возраст 5-11 класс | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность |
|------------------------------|-----------------------------|--------------------|-----------|-------------|--------------|-------------------------|
| | | Масса | | | | |
| | | г | г | г | г | ккал |
| Понедельник, 2 неделя | | | | | | |
| | Завтрак | | | | | |
| 54-16з | Винегрет овощной | 100 | 1,2 | 8,9 | 6,7 | 111,9 |
| 54-4г | Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 9,9 | 7,6 | 43,1 | 270,4 |
| 54-23м | Биточек из курицы в соусе | 110 | 18 | 4,6 | 14,7 | 173 |
| 54-2гн | Чай с сахаром | 200 | 0,7 | 0,02 | 15 | 60 |
| Пром. | хлеб пшеничный йодированный | 50 | 3,8 | 0,4 | 24,6 | 117,2 |
| | Итого за Завтрак | 640 | 34 | 21,5 | 104,1 | 732,5 |

| № 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 |
| Понедельник, 2 неделя | | | | | | | | | | | |
| | Завтрак | | | | | | | | | | |
| 54-4г | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 8,2 | 6,3 | 35,9 | 175 | 180 | 9,9 | 7,6 | 43,1 | 270,4 |
| 54-23м | Биточек из курицы в соусе | 100 | 16,3 | 5,1 | 13,4 | 156,1 | 110 | 18 | 4,6 | 14,7 | 173 |
| 376 | Чай с сахаром | 200 | 0,7 | 0,02 | 15 | 60 | 200 | 0,7 | 0,02 | 15 | 60 |
| Пром. | хлеб пшеничный йодированный | 30 | 2,3 | 0,2 | 14,8 | 70,3 | 60 | 4,6 | 0,5 | 29,5 | 140,6 |
| Пром. | Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1,3 | 0,2 | 7,9 | 39,1 | 40 | 2,6 | 0,5 | 15,8 | 78,2 |
| | Итого за | 500 | 28,8 | 11,8 | 87 | 500,5 | 590 | 36 | 13,2 | 118,1 | 722,2 |

| | | | | | | | | | | | |
|-------|-------------------------|----|------|------|-------|-------|----|------|------|------|-------|
| | Завтрак | | | 2 | | | | | | | |
| | Завтрак2 | | | | | | | | | | |
| Пром. | Кондитерское изделие | 40 | 3,02 | 3,95 | 29,88 | 97,88 | 40 | 3,02 | 3,95 | 29,9 | 97,88 |
| | Итого за Завтрак 2 | 40 | 3,02 | 3,95 | 29,88 | 97,88 | 40 | 3,02 | 3,95 | 29,9 | 97,88 |

Повар  Шувалиева Г.К.