

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

Фактическое меню на « 28 » декабря 2024 г.
 ПО «Первомайское»

№ рецептуры	Название блюда	Возраст 1-4 класс	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
		Масса				
		г	г	г	г	ккал
Суббота, 1 неделя						
	Завтрак					
54-1г	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
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	30	2	0,4	11,9	58,7
Пром.	хлеб пшеничный йодированный	30	2,3	0,2	14,8	70,3
	Итого за Завтрак	500	22,8	10,7	83,3	520,5

№ 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
		Масса				
		г	г	г	г	ккал
Суббота, 1 неделя						
	Завтрак					
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
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	30	2	0,4	11,9	58,7

Пром.	хлеб пшеничный йодированный	30	2,3	0,2	14,8	70,3
	Итого за Завтрак	500	22,8	10,7	83,3	520,5
	Завтрак2					
Пром.	Сок натуральный в индивидуальной упаковке	200	0,34	0	43,7	84,8
	Итого:	200	0,34	0	43,7	84,8

№ рецептуры	Название блюда	Возраст 5-11 класс Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
		г	г	г	г	ккал
Суббота, 1 неделя						
	Завтрак					
54-34з	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 тушеная 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
	Завтрак2					
Пром.	Сок натуральный в индивидуальной упаковке	200	0,34	0	43,7	84,8
	Итого:	200	0,34	0	43,7	84,8

Повар Шува Шуваリエва Г.К.