

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

**Фактическое меню на « 9 » декабря 2024 г.
 ПО «Первомайское»**

№ рецептуры	Название блюда	Возраст 1-4 класс	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
		Масса				
		г	г	г	г	ккал
Понедельник, 1 неделя						
	Завтрак					
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,3	35,9	175
54-6м	Биточек из говядины в соусе	100	15,6	14,6	15,8	257,4
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	28,1	21,32	89,4	601,8

№ рецептуры	Название блюда	Возраст 5-11 класс	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
		Масса				
		г	г	г	г	ккал
Понедельник, 1 неделя						
	Завтрак					
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,9	7,6	43,1	310,2
54-6м	Биточек из говядины	110	17	16,4	17,5	286,9
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,7	0,02	15	60
Пром.	хлеб пшеничный йодированный	40	2,6	0,5	15,8	78,2
Пром.	Кондитерское изделие (печенье)	60	4,5	5,9	44,6	146,1
	Итого за Завтрак	590	34,7	30,42	136	881,4

№ рецептуры	Название блюда	Возраст 1-4 класс	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
		Масса				
		г	г	г	г	ккал
Понедельник, 1 неделя						
	Завтрак					
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,3	35,9	175

54-6м	Биточек из говядины в соусе	100	15,6	14,6	15,8	257,4
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	28,1	21,32	89,4	601,8
	Завтрак2					
Пром.	Кондитерское изделие	40	3,02	3,95	29,88	97,88
	Итого за Завтрак 2	40	3,02	3,95	29,88	97,88

№ рецептуры	Название блюда	Возраст 5-11 класс Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
Понедельник, 1 неделя						
	Завтрак					
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,9	7,6	43,1	310,2
54-6м	Биточек из говядины в соусе	110	17	16,4	17,5	286,9
376	Чай с сахаром	200	0,7	0,02	15	60
Пром.	Кондитерское изделие (печенье)	60	4,5	5,9	44,6	146,1
Пром.	хлеб пшеничный йодированный	40	3	0,3	19,7	93,8
	Итого за Завтрак	590	35	30,2	139,9	897
	Завтрак2					
Пром.	Кондитерское изделие	40	3,02	3,95	29,9	97,88
	Итого за Завтрак 2	40	3,02	3,95	29,9	97,88

Повар Шува Шувалиева Г.К.