

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

**Фактическое меню на « 14 » октября 2024 г.  
 ПО «Первомайское»**

| № рецептуры                  | Название блюда                 | Возраст 1-4 класс | Белки     | Жиры         | Углеводы   | Энергетическая ценность |
|------------------------------|--------------------------------|-------------------|-----------|--------------|------------|-------------------------|
|                              |                                | Масса             |           |              |            |                         |
|                              |                                | г                 | г         | г            | г          | ккал                    |
| <b>Понедельник, 1 неделя</b> |                                |                   |           |              |            |                         |
|                              | <b>Завтрак</b>                 |                   |           |              |            |                         |
| 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.                        | Кондитерское изделие (печенье) | 60                | 4,5       | 5,9          | 44,6       | 146,1                   |
| Пром.                        | хлеб пшеничный йодированный    | 40                | 3         | 0,3          | 19,7       | 93,8                    |
|                              | <b>Итого за Завтрак</b>        | <b>550</b>        | <b>32</b> | <b>27,12</b> | <b>131</b> | <b>732,3</b>            |

| № рецептуры                  | Название блюда                 | Возраст 5-11 класс | Белки       | Жиры         | Углеводы   | Энергетическая ценность |
|------------------------------|--------------------------------|--------------------|-------------|--------------|------------|-------------------------|
|                              |                                | Масса              |             |              |            |                         |
|                              |                                | г                  | г           | г            | г          | ккал                    |
| <b>Понедельник, 1 неделя</b> |                                |                    |             |              |            |                         |
|                              | <b>Завтрак</b>                 |                    |             |              |            |                         |
| 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                   |
|                              | <b>Итого за Завтрак</b>        | <b>590</b>         | <b>34,7</b> | <b>30,42</b> | <b>136</b> | <b>881,4</b>            |

| № 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                    |
| <b>Понедельник, 1 неделя</b> |                            |                   |       |      |          |                         |                    |       |      |          |                         |
|                              | <b>Завтрак</b>             |                   |       |      |          |                         |                    |       |      |          |                         |
| 54-4г                        | Каша гречневая рассыпчатая | 150               | 8,2   | 6,3  | 35,9     | 175                     | 180                | 9,9   | 7,6  | 43,1     | 310,2                   |

|       |                                |            |             |             |              |              |            |             |             |              |              |
|-------|--------------------------------|------------|-------------|-------------|--------------|--------------|------------|-------------|-------------|--------------|--------------|
| 54-6м | Биточек из говядины в соусе    | 100        | 15,6        | 14,6        | 15,8         | 257,4        | 110        | 17          | 16,4        | 17,5         | 286,9        |
| 376   | Чай с сахаром                  | 200        | 0,7         | 0,02        | 15           | 60           | 200        | 0,7         | 0,02        | 15           | 60           |
| Пром. | Кондитерское изделие (печенье) | 60         | 4,5         | 5,9         | 44,6         | 146,1        | 60         | 4,5         | 5,9         | 44,6         | 146,1        |
| Пром. | хлеб пшеничный йодированный    | 40         | 3           | 0,3         | 19,7         | 93,8         | 40         | 3           | 0,3         | 19,7         | 93,8         |
|       | <b>Итого за Завтрак</b>        | <b>550</b> | <b>32</b>   | <b>27,1</b> | <b>131</b>   | <b>732,3</b> | <b>590</b> | <b>35</b>   | <b>30,2</b> | <b>139,9</b> | <b>897</b>   |
|       | <b>Завтрак2</b>                |            |             |             |              |              |            |             |             |              |              |
| Пром. | Кондитерское изделие           | 40         | 3,02        | 3,95        | 29,88        | 97,88        | 40         | 3,02        | 3,95        | 29,9         | 97,88        |
|       | <b>Итого за Завтрак 2</b>      | <b>40</b>  | <b>3,02</b> | <b>3,95</b> | <b>29,88</b> | <b>97,88</b> | <b>40</b>  | <b>3,02</b> | <b>3,95</b> | <b>29,9</b>  | <b>97,88</b> |

Повар Шува Шувалиева Г.К.