

Утверждаю
 Директор МКОУ «Береславская СШ»
 Е.В. Агарков

«30» 01



Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение «Береславская СШ»

Меню школьной столовой для обучающихся 7-11 лет (день 7)

| прием пищи | наименование блюда | вес блюда (г) | пищевые вещества | | | энергетическая ценность | № рецепта | цена за ед. |
|------------------|-----------------------|---------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------|--|--------------|
| | | | белки (г) | жиры (г) | углеводы (г) | | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| день 7 | гречка отварная | 150 | 5,45 | 2,24 | 16,02 | 135 | № 679, сборник рецептов блюд и кулинарных изделий п/р И.А. Здобнов и В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный, 205г. С.315 | 14,89 |
| завтрак | гуляш | 110 | 8,23 | 10,32 | 5,9 | 168 | № 591, сборник рецептов блюд и кулинарных изделий п/р И.А. Здобнов и В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный, 205г. С.268 | 40,33 |
| | хлеб пшеничный 1 сорт | 30 | 2,43 | 0,3 | 15,33 | 75,3 | ПР | 3,00 |
| | компот из с/ф | 200 | 0,66 | 0,09 | 32,01 | 102,23 | № 349, сборник рецептов на продукцию для питания обучающихся п/р М.П. Могильного и В.А. Тутельяна 2015г. | 10,67 |
| | овощная нарезка с м/р | 100 | 1,06 | 5,08 | 8,65 | 85,9 | № 43, сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий питания при общепит. Школах п/р Лапшиной В.Т. 2004г. с.90 | 18,47 |
| итого за завтрак | | 590 | 17,83 | 18,03 | 77,91 | 566,43 | | 87,36 |

Меню школьной столовой для обучающихся 12-18 лет (день 7)

| прием пищи | наименование блюда | вес блюда (г) | пищевые вещества | | | энергетическая ценность | № рецепта | цена за ед. |
|------------------|-----------------------|---------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------|--|--------------|
| | | | белки (г) | жиры (г) | углеводы (г) | | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| день 7 | гречка отварная | 180 | 7,95 | 4,6 | 20,21 | 200,2 | № 679, сборник рецептов блюд и кулинарных изделий п/р И.А. Здобнов и В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный, 205г. С.315 | 16,89 |
| завтрак | гуляш | 100 | 7,23 | 9,23 | 5,1 | 154 | № 591, сборник рецептов блюд и кулинарных изделий п/р И.А. Здобнов и В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный, 205г. С.268 | 38,33 |
| | хлеб пшеничный 1 сорт | 30 | 2,43 | 0,3 | 15,33 | 75,3 | ПР | 3,00 |
| | компот из с/ф | 200 | 0,66 | 0,09 | 32,01 | 132,8 | № 349, сборник рецептов на продукцию для питания обучающихся п/р М.П. Могильного и В.А. Тутельяна 2015г. | 10,67 |
| | овощная нарезка с м/р | 100 | 1,06 | 5,08 | 8,65 | 85,9 | № 43, сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий питания при общепит. Школах п/р Лапшиной В.Т. 2004г. с.90 | 18,47 |
| итого за завтрак | | 610 | 19,33 | 19,3 | 81,3 | 648,2 | | 87,36 |