



Согласовано
Шевченко О.Г.

Утверждаю
и.о. директора
МКОУ "Логовская СШ"
Свистова Л.А.

Меню горячих завтраков учащихся МКОУ "Логовская СШ"
на 01 декабря 2023

возрастная категория: 7-11 лет

прием пищи	наименование блюд	вес блюда (г)	пищевые вещества			энергет. ценность	№ рецепта	цена за ед.
			белки (г)	жиры(г)	углеводы(г)			
1	2	3	4	5	6	7	8	9
день 5	макароны отварные	150	5,52	4,52	26,45	168,45	№ 688,сборник рецептур блюд и кулинарных изделий п/р И.А. Здобнов и В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный ,205г. С.317	10,05
завтрак	куриные окорочка отварные с маслом	100	23,46	25,82	0,5	328	№ ,сборник рецептур на продукцию для питания обучающихся п/р	45,31
	хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,43	0,3	15,33	75,3	ПР	3,00
	чай с лимоном	200	0,148	0,005	14,33	51,44	№ 154,сборник рецептур: А. Клявия "большой рецептурныйкулинарный словарь" изд. Агропромиздат сборник рецептур	6,67
	овощная нарезка с м/р	100	1,41	5,08	8,65	85,9	№ 43,сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий питания при общеобр. Школах п/р Лапиной В.Т. 2004г. с.90	17,22
итого за		580	32,968	35,725	65,26	709,09		82,25

возрастная категория: 12-18 лет

прием пищи	наименование блюд	вес блюда (г)	пищевые вещества			энергет. ценность	№ рецепта	цена за ед.
			белки (г)	жиры(г)	углеводы(г)			
1	2	3	4	5	6	7	8	9
день 5	макароны отварные	180	6,62	5,42	31,73	202,14	№ 688,сборник рецептур блюд и кулинарных изделий п/р И.А. Здобнов и В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный ,2005г. С.317	12,05
завтрак	куриные окорочка	100	23,46	25,82	0,5	328	№ ,сборник рецептур на продукцию для питания	45,31
	хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,43	0,3	15,33	75,3	ПР	3,00
	чай с сахаром	200	0,2	0	14,00	28,00	№ 943,сборник рецептур блюд и кулинарных изделий п/р И.А. Здобнов и В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный ,205г. С.398	4,67
	овощная нарезка с м/р	100	1,41	5,08	8,65	85,9	№ 43,сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий питания при общеобр. Школах п/р Лапиной В.Т. 2004г. с.90	17,22
итого за завтрак		610	34,12	36,62	70,21	719,34		82,25

Повар

Прохорова В.Г.