

Согласовано
ИП Шевченко О.Г.



Меню на питание
МКОУ "Логовская СШ"
на 06 ноября 2024г.



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

примерное рекомендованное меню горячих завтраков
возрастная категория: 7-11 лет

АУКЦИОН 2024г.

прием пищи	наименование блюда	вес блюда (г)	пищевые вещества			энергет. ценность	№ рецепта	цена за ед.
			белки (г)	жиры(г)	углеводы			
1	2	3	4	5	6	7	8	9
неделя 1								
день 3	пюре картофельное	150	2,05	4,8	20,45	137,25	№ 694,сборник рецептов блюд и кулинарных изделий п/р И.А. Здобнов и В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный, 205г. С.319	14,89
завтрак	котлета мясная	100	13,25	8,85	15,7	228,75	ПР	44,33
	хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,43	0,3	15,33	75,3	ПР	3,00
	чай с лимоном	200	0,148	0,01	14,33	51,44	№ 154,сборник рецептов: А. Клявина "большой рецептурныйкулинарный словарь" изд. Агропромиздат сборник рецептов	6,67
	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 общеобр. Школах п/р Лапшиной В.Т. 2004г. с.90	18,47
итого за завтрак		580	18,938	19,04	74,46	578,64		87,36

возрастная категория: 12-18 лет

неделя 1								
день 3	пюре картофельное	180	3,67	5,76	24,53	173,26	№ 694,сборник рецептов блюд и кулинарных изделий п/р И.А. Здобнов и В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный, 205г. С.319	16,89
завтрак	котлета мясная	100	13,25	8,85	15,7	228,75	ПР	44,33
	хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,43	0,3	15,33	75,3	ПР	3,00
	чай с сахаром	200	0,14	0,01	14,33	51,44	№ 943,сборник рецептов 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	1,06	5,08	8,65	85,9	№ 43,сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий питания при общеобр. Школах п/р Лапшиной В.Т. 2004г. с.90	18,47
итого за завтрак		610	20,55	20	78,54	614,65		87,36

Повар

Прохорова В.Г.