

Согласовано
И.И. Шевченко О.Г.



Меню на питание
МКОУ "Логовская СШ"
на 10 декабря 2024г.



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

примерное рекомендованное меню горячих завтраков

АУКЦИОН 2024г.

возрастная категория: 7-11 лет

прием пищи	наименование блюда	вес блюда	пищевые вещества			энергет. ценность	№ рецепта	цена за ед.
			белки (г)	жиры(г)	углеводы			
1	2	3	4	5	6	7	8	9
неделя 2								
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 общеобр. 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

возрастная категория: 12-18 лет

неделя 2								
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 общеобр. 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

Повар

Прохорова В.Г.