



Согласовано
Шевченко О.Г.



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

Меню горячих завтраков учащихся МКОУ "Логовская СШ"
на 20 января 2025

возрастная категория: 7-11 лет

| прием пищи | наименование блюда | 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 |
| неделя 2 | каша вязкая с маслом и сахаром, молочная рисовая | 160 | 9,38 | 8,76 | 29,87 | 221,25 | № 168, сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей п/р М.П.Могильного и В.А.Тутельяна | 52,07 |
| день 6 | хлеб пшеничный 1 сорт | 30 | 2,43 | 0,3 | 15,33 | 75,3 | | 4,00 |
| завтрак | ФРУКТЫ | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 | № 338, сборник рецептов на продукцию для питания детей п/р М.П.Могильного и | 20,91 |
| | кофейный напиток | 200 | 0,28 | 2,05 | 15,95 | 100,6 | № 395, сборник рецептов на продукцию для питания детей п/р М.П.Могильного и | 9,67 |
| | сыр российский | 20 | 4,82 | 5,42 | 0,06 | 62,7 | ПР | 14,69 |
| итого за | | 510 | 17,31 | 16,93 | 71,01 | 506,85 | | 101,34 |

возрастная категория: 12-18 лет

| прием пищи | наименование блюда | 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 |
| неделя 2 | каша вязкая с маслом и сахаром, молочная рисовая | 210 | 12,35 | 12,54 | 38,98 | 346 | № 168, сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей п/р М.П.Могильного и В.А.Тутельяна | 54,07 |
| день 6 | хлеб пшеничный 1 сорт | 30 | 2,43 | 0,3 | 15,33 | 75,3 | | 4,00 |
| завтрак | ФРУКТЫ | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 | № 338, сборник рецептов на продукцию для питания детей п/р М.П.Могильного и В.А.Тутельяна 2015г. | 20,91 |
| | кофейный напиток | 200 | 0,28 | 2,05 | 15,95 | 100,6 | № 395, сборник рецептов на продукцию для питания детей п/р М.П.Могильного и В.А.Тутельяна 2010г. | 9,67 |
| | сыр российский | 15 | 5,57 | 5,42 | 0,04 | 54,45 | ПР | 12,69 |
| итого за завтрак | | 555 | 21,03 | 20,71 | 80,1 | 623,35 | | 101,34 |

Повар

Прохорова В.Г.