

Утверждаю.

Директор школы \_\_\_\_\_ М.В.Александрова

Меню для группы дошкольников МБОУ «Краснооктябрьская СШ»

10 октября 2024 года

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход Блюда гр.	Пищевые вещества гр.			Энергетическая ценность Ккал	Витамины мг.			Минеральные вещества мг.	
			Б	Ж	У		В1	В2	С	Са	Fe
	завтрак										
679	Каша рассыпчатая гречневая	200	9.94	7.48	47.78	307.26	17.3	90.0	278.0	5.26	0.24
41	Масло сливочное порциями	10	0.0	8.2	0.1	75.0	1.0	0.0	2.0	0.0	0.0
376	Чай с сахаром	200	0,20	0,0	14,0	28.0	6.0	0.0	0.0	0.4	0.0
пр	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	0	0	0	0	0
	<b>Второй завтрак</b>										
847	Фрукт яблоко	100	0.4	0.0	9.8	47.0	10.0	0.0	75.8	2.2	
	<b>Обед</b>										
38	Овощи натуральные свежие	<b>50</b>	0,64	0,10	5,17	<b>24,24</b>	0,03	0,03	3,75	14,56	0,64
44	Суп картофельный с крупой	<b>200</b>	2,5	5,8	18,98	<b>137,82</b>	0,1	0,05	15,1	17,72	0,9
315	Капуста тушеная	<b>150</b>	3,64	5,37	36,67	<b>210</b>	0,025	0,019	0	1,35	0,52
608	Котлеты п/ф	80	12.44	9.24	12.56	183.0	35.0	25.7	133.1	1.2	0.08
376	Компот из сухофруктов	<b>200</b>	0,44	0,02	27,76	<b>113</b>	0,002	0,006	0,4	31,82	1,24
1	Хлеб пшеничный	<b>30</b>	3,19	0,49	20,43	<b>103</b>	0,045	0,03	0	9	0,76
1	Хлеб ржаной	<b>30</b>	2,34	0,54	19,93	<b>96</b>	0,006	0,058	0	13,05	0,9
	<b>полдник</b>										
376	Чай с сахаром	200	0,20	0,0	14,0	28.0	6.0	0.0	0.0	0.4	
пр	Пряники	<b>30</b>	1.31	5.16	0.2	<b>108.6</b>	0.2	0.5	5.56	134	

Утверждаю.  
Директор школы \_\_\_\_\_ М.В.Александрова

Меню для учащихся 1-4 класса МБОУ «Краснооктябрьская СШ»  
10 октября 2024 года

1	679	Каша рассыпчатая гречневая	200	9.94	7.48	47.78	307.2 6	17.3	90.0	278. 0	5.26	0.24	0.0	0.02
2	608	Котлеты п\ф	80	12.44	9.24	12.56	183.0	35.0	25.7	133. 1	1.2	0.08	0.12	23.0
3	376	Чай с сахаром	200	0,20	0,0	14,0	28.0	6.0	0.0	0.0	0.4	0.0	0.0	0.0
4	847	Фрукт яблоко	100	0.4	0.0	9.8	47.0	10.0	0.0	75.8	2.2	0.03	10.0	0.0
5	пр	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	0	0	0	0	0	0	0
			<b>610</b>	<b>24.9</b>	<b>16.96</b>	<b>98.9</b>	<b>635.6</b>	<b>68.3</b>	<b>115.7</b>	<b>486. 9</b>	<b>9.06</b>	<b>0.35</b>	<b>10.1 2</b>	<b>23.0 2</b>

Итого на сумму 77-32 рублей

Утверждаю.  
Директор школы \_\_\_\_\_ М.В.Александрова

Меню для учащихся 5-11 класса МБОУ «Краснооктябрьская СШ»  
10 октября 2024 года

**Завтрак**

1	679	Каша рассыпчатая гречневая	200	9.94	7.48	47.78	307.2 6	17.3	90.0	278. 0	5.26	0.24	0.0	0.02
2	608	Котлеты п\ф	80	12.44	9.24	12.56	183.0	35.0	25.7	133. 1	1.2	0.08	0.12	23.0
3	376	Чай с сахаром	200	0,20	0,0	14,0	28.0	6.0	0.0	0.0	0.4	0.0	0.0	0.0
5	пр	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	0	0	0	0	0	0	0
			<b>610</b>	<b>24.9</b>	<b>16.96</b>	<b>98.9</b>	<b>635.6</b>	<b>68.3</b>	<b>115.7</b>	<b>486. 9</b>	<b>9.06</b>	<b>0.35</b>	<b>10.1 2</b>	<b>23.0 2</b>

Итого на сумму 70-00 рублей