

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

Меню для группы дошкольников МБОУ «Краснооктябрьская СШ»  
20 сентября 2024 года

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход Блюда гр.	Пищевые вещества гр.			Энергетическая ценность	Витамины мг.			Минеральные вещества мг.	
			Б	Ж	У		Ккал	В1	В2	С	Са
	<b>завтрак</b>										
204	Макароны отварные с сыром	125\20	12.41	8.5	53.04	326.69	193.64	20.85	159.03	1.45	0.15
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 апельсин	100	0.6	0.0	57.5	48.0	12.0	2.0	28.0	1.5	0.06
12	Салат из свеклы отварной	<b>100</b>	1,72	3,70	4,82	<b>59,5</b>	0,05	0,028	5,58	11,77	0,39
67	Щи из свежей капусты с картофелем	<b>200</b>	1,74	4,9	8,5	<b>84,7</b>	0,06	0,05	18,5	43,3	0,79
88	Рагу из птицы	<b>150</b>	14,8	18,5	31,3	<b>332,6</b>	0,23	0,18	29,5	34,6	3,4
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
пр	Хлеб пшеничный	<b>30</b>	3,19	0,49	20,43	<b>103</b>	0,045	0,03	0	9	0,76
пр	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	0.0
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»  
 20 сентября 2024 года

№ рецептур	Наименование блюда	Масса порции,г	Пищевая ценность вещества			Энергетическая ценность	Витамины ,мг					Минеральные вещества			
			белки	жиры	углеводы		Ккал	В1	В2	С	А	Е	Са	Р	Мg
	Завтрак	г													
204	Макароны отварные с сыром	125\20	12.41	8.5	53.04	326.69	193.64	20.85	159.03	1.45	0.15	0.47	0.1	33.36	1.18
41	Масло сливочное порциями	10	0.0	8.2	0.1	75.0	1.0	0.0	2.0	0.0	0.0	0.0	59.0	32.13	1.50
														0.00	0.00
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	0.00	0.40
пр	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	0	0	0	0	0	0	0	0,00	0,6
847	Фрукт апельсин	100	0.6	0.0	57.5	48.0	12.0	2.0	28.0	1.5	0.06	15.0	0.0	0,00	0,00
	<b>Итого</b>	<b>485</b>	<b>15,49</b>	<b>16,94</b>	<b>139,4</b>	<b>623,46</b>	<b>212.64</b>	<b>22.85</b>	<b>187.03</b>	<b>3.35</b>	<b>0.21</b>	<b>15.47</b>	<b>59.1</b>	67.49	4.58

Итого на сумму 77 рублей 32 копеек

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

Меню для учащихся 5-11 класса МБОУ «Краснооктябрьская СШ»  
 20 сентября 2024 года

№ рецептур	Наименование блюда	Масса порции,г	Пищевая ценность вещества			Энергетическая ценность	Витамины ,мг					Минеральные вещества			
			белки	жиры	углеводы		Ккал	В1	В2	С	А	Е	Са	Р	Mg
	Завтрак	г													
204	Макаронные изделия отварные с сыром	125\20	12.41	8.5	53.04	326.69	193.64	20.85	159.03	1.45	0.15	0.47	0.1	33.36	1.18
41	Масло сливочное порциями	10	0.0	8.2	0.1	75.0	1.0	0.0	2.0	0.0	0.0	0.0	59.0	32.13	1.50
														32.13	1.50
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	0,00	0,40
пр	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	0	0	0	0	0	0	0	0,00	0,00
	<b>Итого</b>	<b>485</b>	<b>15,49</b>	<b>16,94</b>	<b>139,4</b>	<b>623,46</b>	<b>212,64</b>	<b>22,85</b>	<b>187,03</b>	<b>3,35</b>	<b>0,21</b>	<b>15,47</b>	<b>59,1</b>	67.49	4.58

Итого на сумму 70-00 рублей