

Утверждаю.
И.о. директора школы _____ М.В.Александрова

Меню для группы дошкольников МБОУ «Краснооктябрьская СШ»
28 января 2025 года

№ ре- ц- епт- уры	Прием пищи, наименование блюда	Выход Блюда гр.	Пищевые вещества гр.			Энергетическая ценность	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
	Второй завтрак										
847	Фрукт яблоко	100	0.4	0.0	9.8	47.0	10.0	0.0	75.8	2.2	
	Обед										
38	Овощи натуральные свежие	50	0,64	0,10	5,17	24,24	0,03	0,03	3,75	14,56	0,64
44	Суп картофельный с крупой	200	2,5	5,8	18,98	137,82	0,1	0,05	15,1	17,72	0,9
315	Капуста тушеная	150	3,64	5,37	36,67	210	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	200	0,44	0,02	27,76	113	0,002	0,006	0,4	31,82	1,24
1	Хлеб пшеничный	30	3,19	0,49	20,43	103	0,045	0.03	0	9	0,76
1	Хлеб ржаной	30	2,34	0,54	19,93	96	0,006	0,058	0	13,05	0,9
	полдник										
376	Чай с сахаром	200	0,20	0,0	14,0	28.0	6.0	0.0	0.0	0.4	
пр	Пряники	30	1.31	5.16	0.2	108.6	0.2	0.5	5.56	134	

Утверждаю.
И.о. директора школы _____ М.В.Александрова

Меню для учащихся 1-4 класса МБОУ «Краснооктябрьская СШ»
28 января 2025 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
			610	24.9	16.96	98.9	635.6	68.3	115.7	486. 9	9.06	0.35	10.1 2	23.0 2

Итого на сумму 77-32 рублей

Утверждаю.
И.о. директора школы _____ М.В.Александрова

Меню для учащихся 5-11 класса МБОУ «Краснооктябрьская СШ»
28 января 2025 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
			610	24.9	16.96	98.9	635.6	68.3	115.7	486. 9	9.06	0.35	10.1 2	23.0 2

Итого на сумму 70-00 рублей