

Директор МБОУ "Семиозерская ООШ" **"Согласовано"**
 Подпись _____



Меню приготавливаемых блюд

на 02 сентября 2024 года
 (понедельник, неделя первая)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углев.	Энерг. Ценн.	№ рецепт.
Завтрак	Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев «Геркулес» с маслом сливочным	210	9,04	13,44	40,16	318,00	173
	Сыр (порциями)	15	3,48	4,43	0,00	54,60	15
	Батон пшеничный в/с	60	4,74	0,60	28,98	140,28	к/к
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	14,00	28,00	376
	Джем/повидло	20	0,10	0,00	14,32	57,68	к/к
Итого за завтрак		505,00	17,56	18,47	97,46	598,56	
Обед	Суп картофельный с бобовыми	200	4,39	4,22	13,06	107,80	102
	Кура отварная	10	2,11	1,36	0,00	20,67	288
	Печень по-Строгановски	90	11,93	10,11	3,17	166,50	255
	Греча отварная рассыпчатая	150	7,46	5,61	35,84	230,45	302
	Томаты свежие порционно	60	2,16	6,04	1,01	53,60	71
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	46,76	к/к
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	к/к
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,04	0,00	24,76	94,20	349
	Итого за обед		770	31,91	27,98	107,26	811,94
Итого за день							

"Согласовано"
 Директор МБОУ "Семиозерская ООШ"
 Подпись _____



Меню приготавливаемых блюд

на 05 сентября 2024года
 (четверг, неделя первая)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углев.	Энерг. Ценн.	№ рецепт.
Завтрак	Каша молочная жидкая из манной крупы с маслом	210	4,52	4,07	35,46	197,00	181
	Бутерброд с сыром	40	4,9	11,55	17,10	193	2017
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0,02	10,25	41,68	377
	Апельсин	100	0,90	0,20	8,10	37,80	338
Итого за завтрак		550	10,45	15,84	70,91	469,48	
Обед	Суп из овощей	210	1,68	5,98	9,35	98,37	99
	Кура отварная	10	2,11	1,36	0,00	20,67	288
	Котлеты, биточки, шницели с соусом №332	90	9,00	10,64	4,66	172,12	268/332
	Картофель отварной с маслом растительным	150	2,86	4,32	23,01	142,35	125
	Салат из отварной свеклы	60	0,86	3,65	5,02	56,34	52
	Компот из свежих яблок	200	0,20	0,20	22,30	110,00	342
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	46,76	к/к
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	к/к
	Итого за обед		770	20,53	26,79	93,76	738,57
Итого за день							

