

Согласовано:

МБОУ СОШ № 24

Куратор ОУ И

" 15/10 2021г

" 15/10 2021г



Генеральный директор ОАО "В"

А.Ш.

" 06/06/2021 год

Примерное 10-дневное меню бесплатного питания учащихся 1 - 4 классов, обучающихся в первую смену МБОУ СОШ г. Владикавказа на 2021 год.

Сезон: осенне-зимний

Возрастная категория: 7 - 11 лет

№ и/п	Номер рецептуры №	Наименование блюда	Масса порции, г	Цена	Пищевая ценность (г)			Энергетическая ценность (ккал)	
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	
День 10	Завтрак:								
	15M	Сыр полутвердый	15		3,48	2,95	0,00	40,47	
	219M	Сырники из творога с молоком естественным	150/40		21,00	17,00	34,30	374,20	
		Булочка с изюмом	50		3,50	4,00	26,50	156,00	
	382M	Какао с молоком	180/12		3,42	3,51	17,85	116,67	
		Зефир	20		0,16	0,02	15,96	64,70	
		<b>Итого:</b>			<b>72</b>	<b>31,56</b>	<b>27,48</b>	<b>94,61</b>	<b>752,04</b>
	Обед:								
	50M	Салат из свеклы отварной с сыром и чесноком	60		2,81	5,63	4,32	79,19	
	102M	Суп картофельный с фасолью и зеленью	200		6,77	5,35	15,80	138,41	
	Акт/202M	Куриное филе с соусом «Карри» и макаронами отварными	90/40/150		18,68	11,89	35,12	322,21	
	482K	Напиток из вишневого сока	180/12		0,68	0,26	17,76	76,10	
		Хлеб пшеничный	40		3,04	0,32	19,68	93,76	
		Хлеб ржаной	20		1,32	0,24	6,68	34,16	
	<b>Итого:</b>			<b>72,00</b>	<b>33,30</b>	<b>23,69</b>	<b>99,36</b>	<b>743,83</b>	