

УТВЕРЖДЕНО:
директор МБОУ СОШ пгт Хрустальный
Д.А. Глущенко



**Меню для питания возрастной категории от 7-ми до 11-ти лет
в муниципальных бюджетных общеобразовательных учреждениях Кавалеровского
муниципального округа Приморского края**

8 день 26.09.2024 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,10	8,30	0,10	75,00	14	2011
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ	200	8,46	11,16	32,73	270,30	183	2011
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,22	0,11	16,22	64,86	430	2008
ГРУША	110	0,40	0,30	11,30	51,70		2008
ХЛЕБ БЕЛЫЙ	30	2,28	0,63	12,78	66,00	1/1	2008
МОЛОКО СВЕЖЕЕ	200	6,10	10,10	5,30	113,00	1	2008
Итого за прием пищи:	750	17,56	30,60	78,43	640,86		
Обед							
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,96	6,08	4,85	78,00	67	2005
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	2,24	5,05	16,43	120,44	96	2011
РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	90	11,80	6,86	2,58	120,00	98	2008
РИС ОТВАРНОЙ	180	3,23	5,32	38,81	217,96	325	2008
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	0,97	0,19	19,59	83,42	389	2011
ХЛЕБ БЕЛЫЙ	30	2,28	0,63	12,78	66,00	1/1	2008
Итого за прием пищи:	810	21,48	24,13	95,04	685,82		
Всего за день:		39,04	54,73	173,47	1 326,68		

УТВЕРЖДЕНО:
директор МБОУ СОШ г.г. Хрустальный
Л.А. Глущенко



**Меню для питания возрастной категории от 7-ми до 11-ти лет
в муниципальных бюджетных общеобразовательных учреждениях Кавалеровского муниципального
округа Приморского края**

8 день 26.09.2024 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,96	6,08	4,85	78,00	67	2005
РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	90	11,80	6,86	2,58	120,00	98	2008
РИС ОТВАРНОЙ	180	3,23	5,32	38,81	217,96	325	2008
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	0,97	0,19	19,59	83,42	389	2011
ХЛЕБ БЕЛЫЙ	30	2,28	0,63	12,78	66,00	1/1	2008
Итого за прием пищи:	560	19,24	19,08	78,61	565,38		

УТВЕРЖДЕНО:
директор МБОУ СОШ №1 г. Хрустальный
Л.А. Глуценко



**Меню для питания возрастной категории от 12-ти лет и старше
в муниципальных бюджетных общеобразовательных учреждениях Кавалеровского
муниципального округа Приморского края**

8 день 26.09.2024 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,10	8,30	0,10	75,00	14	2011
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ	200	8,46	11,16	32,73	270,30	183	2011
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,22	0,11	16,22	64,86	430	2008
ГРУША	110	0,40	0,30	11,30	51,70		2008
ХЛЕБ БЕЛЫЙ	30	2,28	0,63	12,78	66,00	1/1	2008
МОЛОКО СВЕЖЕЕ	200	6,10	10,10	5,30	113,00	1	2008
Итого за прием пищи:	750	17,56	30,60	78,43	640,86		
Обед							
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,96	6,08	4,85	78,00	67	2005
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	2,24	5,05	16,43	120,44	96	2011
РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	90	11,80	6,86	2,58	120,00	98	2008
РИС ОТВАРНОЙ	180	3,23	5,32	38,81	217,96	325	2008
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	0,97	0,19	19,59	83,42	389	2011
ХЛЕБ БЕЛЫЙ	30	2,28	0,63	12,78	66,00	1/1	2008
Итого за прием пищи:	810	21,48	24,13	95,04	685,82		
Всего за день:		39,04	54,73	173,47	1 326,68		


 УТВЕРЖДЕНО:
 директор МБОУ СОШ пгт Хрустальный
 Л.А. Глушенко

**Меню для питания возрастной категории от 12-ти лет и старше
 в муниципальных бюджетных общеобразовательных учреждениях
 муниципального округа Приморского края**

8 день 26.09.2024 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	1,60	10,13	8,08	130,00	67	2005
РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	120	24,00	16,80	3,60	261,60	98	2008
РИС ОТВАРНОЙ	180	3,23	5,32	38,81	217,96	325	2008
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	0,97	0,19	19,59	83,42	389	2011
ХЛЕБ БЕЛЫЙ	30	2,28	0,63	12,78	66,00	1/1	2008
Итого за прием пищи:	630	32,08	33,07	82,86	758,98		