

УТВЕРЖДЕНО:
директор МБОУ СОШ пгт Хрустальный

Л.А. Глушенко



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

10 день 30.09.2024 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАША ПШЁННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	7,80	9,46	35,80	284,00	182	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,30	0,10	16,40	67,00	430	2008
ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	47,00		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:	730	16,88	20,69	80,08	577,00		
Обед							
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ	60	0,70	3,11	5,60	57,93	46	2011
СУП РИСОВЫЙ С МЯСОМ	200	6,69	6,63	9,56	124,64	94	2008
ПЕЧЕНЬ, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	90	10,38	9,33	7,31	139,10	261	2011
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,44	4,84	34,71	204,32	309	2011
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,29	0,10	7,20	90,21	375	2011
ХЛЕБ БЕЛЫЙ	30	2,28	0,63	12,78	66,00	1/1	2008
Итого за прием пищи:	730	25,78	24,64	77,16	682,20		
Всего за день:		42,66	45,33	157,24	1 259,20		

УТВЕРЖДЕНО:
директор МБОУ СОШ №1 «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**

10 день 30.09.2024 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ	60	0,70	3,11	5,60	57,93	46	2011
ПЕЧЕНЬ, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	90	10,38	9,33	7,31	139,10	261	2011
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,44	4,84	34,71	204,32	309	2011
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,29	0,10	7,20	90,21	375	2011
ХЛЕБ БЕЛЫЙ	30	2,28	0,63	12,78	66,00	1/1	2008
Итого за прием пищи:	530	19,09	18,01	67,60	557,56		

УТВЕРЖДЕНО:
директор МБОУ СОШ пгт 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**

10 день 30.09.2024 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАША ПШЁННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	7,80	9,46	35,80	284,00	182	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,30	0,10	16,40	67,00	430	2008
ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	47,00		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:	730	16,88	20,69	80,08	577,00		
Обед							
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ	60	0,70	3,11	5,60	57,93	46	2011
СУП РИСОВЫЙ С МЯСОМ	200	6,69	6,63	9,56	124,64	94	2008
ПЕЧЕНЬ, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	90	10,38	9,33	7,31	139,10	261	2011
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,44	4,84	34,71	204,32	309	2011
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,29	0,10	7,20	90,21	375	2011
ХЛЕБ БЕЛЫЙ	30	2,28	0,63	12,78	66,00	1/1	2008
Итого за прием пищи:	730	25,78	24,64	77,16	682,20		
Всего за день:		42,66	45,33	157,24	1 259,20		


 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 Кавалеровского
муниципального округа Приморского края

10 день 30.09.2024 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ	100	1,25	5,19	11,31	98,04	46	2011
ПЕЧЕНЬ, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	100	13,36	9,45	8,05	178,07	261	2011
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,49	5,81	41,42	244,07	309	2011
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,29	0,10	7,20	90,21	375	2011
ХЛЕБ БЕЛЫЙ	30	2,28	0,63	12,78	66,00	1/1	2008
Итого за прием пищи:	610	23,67	21,18	80,76	676,39		