



Утверждаю

Л.М. Бурдина

И.о. директора

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ЗАВТРАКОВ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ

МБОУ «ПУШКИНСКАЯ ООШ» НА 2023-2024 уч.г.

1 –я неделя							
	Наименование блюда	№ рецеп- туры	Вес блюда (гр)	Энерге- тиче- ская цен- ность (ккал)	Белки	Жиры	Углево- ды
ПОНЕДЕЛЬНИК	Каша пшенная с котлетой	171/42	350	398	17,7	15,17	43,58
	Чай с сахаром	943	200	57,33	4,51	1,14	7,71
	Хлеб	б/н	50	25,3	4,1	0,7	0,65
ВТОРНИК	Макароны отварные с сосиской	202/16	300	451	15	29	58
	Кисель	358	200	60	1	0,1	14
	Хлеб	б/н	50	25,3	4,1	0,7	0,65
СРЕДА	Плов из курицы	291	250	431,25	25,38	21,25	44,61
	Сок	389	200	86,6	0,2	4,1	10,3
	Хлеб	б/н	50	25,3	4,1	0,7	0,65
ЧЕТВЕРГ	Картофельное пюре с жареной рыбой	312/230	350	369	14,2	13	12
	Компот из апельсинов	246	200	79,24	1	0,042	20,32
	Хлеб	б/н	50	25,3	4,1	0,7	0,65
ПЯТНИЦА	Каша манная молочная с маслом	168	200	195	4,25	4,07	35,46
	Чай с лимоном	377	200	50,33	4,51	1,14	7,71
	Хлеб	б/н	50	25,3	4,1	0,7	0,65
	Сыр	42	15	54,6	3,48	4,43	0
	Сосиска	16	100	224	10,4	20	21,2

Документ подписан простой электронной подписью

Дата, время подписания: 20.10.2023 09:29:29

Ф.И.О. должностного лица: Бурдина Людмила Михайловна

Должность: Исполняющий обязанности директора

Уникальный программный ключ: 99b05de9-5c47-4023-a0a0-5542877232e9

2 –я неделя

	Наименование блюда	№ рецеп- туры	Вес блюда (гр)	Энерге- тиче- ская цен- ность (ккал)	Белки	Жиры	Углево- ды
ПОНЕДЕЛЬНИК	Макароны отварные с гуляшом	202	300	467,4	15	29	58
	Чай с сахаром	943	200	57,33	4,51	1,14	7,71
	Хлеб	б/н	50	25,3	4,1	0,7	0,65
ВТОРНИК	Каша гречневая с кобласой	171	300	386	5,75	20	25,76
	Кисель	358	200	60	1	0,1	14
	Хлеб	б/н	50	25,3	4,1	0,7	0,65
СРЕДА	Капуста тушеная с котлетой	489	250	359	6,3	4,9	9,7
	Сок	389	200	86,6	0,2	4,1	10,3
	Хлеб	б/н	50	25,3	4,1	0,7	0,65
ЧЕТВЕРГ	Каша рисовая молоч- ная с сосиской	168	300	421	27,84	18	32,4
	Компот из апельси- нов	246	200	79,24	1	0,042	20,32
	Хлеб	б/н	50	25,3	4,1	0,7	0,65
ПЯТНИЦА	Картофель тушеный с мясом	489	250	388	6,3	4,9	9,7
	Чай с лимоном	377	200	50,33	4,51	1,14	7,71
	Хлеб	б/н	50	25,3	4,1	0,7	0,65