

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ

«Михайловская средняя школа»

А.С. Абдувелиев



2022 г.

Меню приготавливаемых блюд

«И» школа 2022 г.

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет / 3-6 лет / 7-11 лет / 12 лет и старше

Прием пищи Неделя День	Наименование	Блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	N рецепту ры
				Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	овощи по овощу		60	0,5	0,1	1,5	8,4	41
	выпечка с сыром		90	9,1	10,5	108	188,6	288
	каша манная		150	4,6	4,9	20,3	102,9	303,1
	макс с сыром		200	8,1	0,0	4,0	28,3	306
	салат овощной		30	0,3	0,2	1,1	4,10	
	салат фруктовый		30	1,7	0,3	14,8	69,6	
итого за завтрак			560	18,3	16,0	69,5	497,6	
обед	салат из вар-х овощей		60	0,5	3,0	1,5	37,0	21
	салат		200	14,4	4,0	9,9	41,6	22
	фруктовый салат с сыром		90	4,1	2,6	4,3	14,9	240
	рис отваренный		150	3,8	5,3	38,9	218,0	304
	картофель отваренный		200	0,2	0,2	18,4	46,3	342
	салат фруктовый		30	1,2	0,3	14,8	69,6	
итого за обед			30	2,3	0,2	15,1	41,0	
итого за день			860	17,0	15,6	105,9	657,4	

Медсестра

Ольга Смирнова А.В.