Утверждаю
Директор МБОУ «Уранская СОШ»
О.П.Лялюкова

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
02.02.2024г.

Возрастная категория: 7-11 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 2 День 5							
Завтрак	Яйцо вареное	40	4,8	4	0,3	56,6	54-6о
	Плов с курицей	170	23,1	6,9	28,2	267,4	54-12м
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,2	0,1	6,6	27,9	54-3гн
	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6	пром
	Яблоко	120	0,5	0,5	11,8	53,3	пром
Итого за завтрак		590	33,2	12	76,4	545,8	
Второй завтрак							
Итого за второй завтрак							
Обед							

Утверждаю
Директор МБОУ «Уранская СОШ»
О.П.Лялюкова

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
02.02.2024г.

Возрастная категория: 12 лет и старше

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 2 День 5							
Завтрак	Яйцо вареное	40	4,8	4	0,3	56,6	54-6о
	Плов с курицей	200	23,1	6,9	28,2	267,4	54-12м
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,2	0,1	6,6	27,9	54-3гн
	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6	пром
	Яблоко	120	0,5	0,5	11,8	53,3	пром
Итого за завтрак		610	33,2	12	76,4	545,8	
Второй завтрак	яблоко	120	0,5	0,5	11,8	53,3	пром
Итого за второй завтрак							
Обед							