

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 332E65B317B6C16BCAD0B1E46AE95E4E
Владелец: Лялюкова Ольга Петровна
Действителен: с 09.01.2025 до 04.04.2026

Утверждаю
Директор МБОУ «Уранская ООШ»
_____ О.П.Лялюкова

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
01.02.2025г.

Возрастная категория: 7-11 лет

| Приём пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|--------------------|---------------------------------|--------------|------------------|-------------|-------------|----------------------------|----------------|
| | | | белки | жиры | углеводы | | |
| Неделя 2 День 6 | | | | | | | |
| Завтрак | Сыр твердых сортов в нарезке | 20 | 4.6 | 5.9 | 0 | 71.7 | 54-13 |
| | Каша жидкая молочная рисовая | 150 | 3.4 | 4.3 | 18.2 | 125.4 | 54-26к |
| | Яйцо вареное | 40 | 4.8 | 4 | 0.3 | 56.6 | 54-60 |
| | Какао с молоком | 150 | 3.5 | 2.6 | 9.4 | 75.3 | 54-21гн |
| | хлеб пшеничный йодированный | 30 | 2.3 | 0.2 | 14.8 | 70.3 | Пром. |
| | Банан | 140 | 2.1 | 0.7 | 29.4 | 132.3 | Пром. |
| Итого за завтрак | | 530 | 20.7 | 17.7 | 72.1 | 531.6 | |

Утверждаю

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 332E65B317B6C16BCAD0B1E46AE95E4E
Владелец: Лялюкова Ольга Петровна
Действителен: с 09.01.2025 до 04.04.2026

Директор МБОУ «Уранская ООШ»
_____ О.П.Лялюкова

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
01.02.2025г.

Возрастная категория: 12 лет и старше

| Приём пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------|------------------------------|------------|------------------|-----------|-------------|-------------------------|-------------|
| | | | белки | жиры | углеводы | | |
| Неделя 2 День 6 | | | | | | | |
| Завтрак | Сыр твердых сортов в нарезке | 30 | 7 | 8.9 | 0 | 107.5 | 54-13 |
| | Каша жидкая молочная рисовая | 170 | 3.9 | 4.9 | 20.6 | 142.1 | 54-26к |
| | Яйцо вареное | 40 | 4.8 | 4 | 0.3 | 56.6 | 54-60 |
| | Какао с молоком | 180 | 4.2 | 3.2 | 11.2 | 90.4 | 54-21гн |
| | Хлеб пшеничный йодированный | 40 | 3 | 0.3 | 19.7 | 93.8 | Пром. |
| | Банан | 140 | 2.1 | 0.7 | 29.4 | 132.3 | Пром. |
| Итого за завтрак | | 600 | 25 | 22 | 81.2 | 622.7 | |
| Второй завтрак | Сок абрикосовый | 250 | 1.3 | 0 | 31.8 | 132 | Пром. |
| Итого за второй завтрак | | 250 | 1.3 | 0 | 31.8 | 132 | |