

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
10.03.2025г.

Возрастная категория: 7-11 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 2 День 1							
Завтрак	Макароны отварные	100	3.5	3.3	21.9	131.2	54-1г
	Бефстроганов из отварной говядины	80	12	12.4	1.9	167.4	54-1м
	Чай с лимоном и сахаром	200	0.2	0.1	6.6	27.9	54-3гн
	Банан	150	2.3	0.8	31.5	141.8	Пром.
	Хлеб пшеничный	30	2.3	0.2	14.8	70.3	Пром.
Итого за завтрак		560	20.3	16.8	76.7	538.6	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 332E65B317B6C16B CAD0B1E46AE95E4E
Владелец: Лялюкова Ольга Петровна
Действителен: с 09.01.2025 до 04.04.2026

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

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
10.03.2025г.

Возрастная категория: 12 лет и старше

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 2 День 1							
Завтрак	Макароны отварные	150	5.3	4.9	32.8	196.8	54-1г
	Бефстроганов из отварной говядины	80	12	12.4	1.9	167.4	54-1м
	Чай с лимоном и сахаром	200	0.2	0.1	6.6	27.9	54-3гн
	Банан	150	2.3	0.8	31.5	141.8	Пром.
	Хлеб пшеничный	30	2.3	0.2	14.8	70.3	Пром.
Итого за завтрак		610	22.1	18.4	87.6	604.2	
Второй завтрак	Сок абрикосовый	250	1.3	0	31.8	132	Пром.
Итого за второй завтрак		250	1.3	0	31.8	132	