

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 332E658317B6C18BCAD0B1E46AE95E4E  
Владелец: Лялюкова Ольга Петровна  
Действителен: с 09.01.2025 до 04.04.2026

Утверждаю  
Директор МБОУ «Уранская ООШ»  
\_\_\_\_\_ О.П.Лялюкова

## ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

11.03.2025г.

Возрастная категория: 7-11 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 2 День 2							
Завтрак	Яйцо вареное	40	4.8	4	0.3	56.6	54-60
	Плов из булгура с курицей	160	15.8	7	31	249.8	54-15м
	Компот из смеси сухофруктов	200	0.4	0	19.8	80.8	54-35хн
	Хлеб пшеничный	40	3	0.3	19.7	93.8	Пром.
	Яблоко	100	0.4	0.4	9.8	44.4	Пром.
Итого за завтрак		<b>540</b>	<b>24.4</b>	<b>11.7</b>	<b>80.6</b>	<b>525.4</b>	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 332E65B317B6C16BСAD0B1E46AE95E4E  
Владелец: Лялюкова Ольга Петровна  
Действителен: с 09.01.2025 до 04.04.2026

Утверждаю  
Директор МБОУ «Уранская ООШ»  
\_\_\_\_\_ О.П.Лялюкова

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ  
11.03.2025г.

Возрастная категория: 12 лет и старше

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 2 День 2							
Завтрак	Яйцо вареное	40	4.8	4	0.3	56.6	54-60
	Плов из булгура с курицей	200	19.7	8.7	38.8	312.3	54-15м
	Компот из смеси сухофруктов	200	0.4	0	19.8	80.8	54-35хн
	Хлеб пшеничный	40	3	0.3	19.7	93.8	Пром.
	Яблоко	100	0.4	0.4	9.8	44.4	Пром.
Итого за завтрак		<b>580</b>	<b>28.3</b>	<b>13.4</b>	<b>88.4</b>	<b>587.9</b>	
Второй завтрак	Сок абрикосовый	250	1.3	0	31.8	132	Пром.
Итого за второй завтрак		<b>250</b>	<b>1.3</b>	<b>0</b>	<b>31.8</b>	<b>132</b>	