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

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
14.10.2024г.

Возрастная категория: 7-11 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 1 День 1							
Завтрак	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,3	35,9	233,7	54,4г
	Гуляш из говядины	90	15,3	14,9	3,5	208,9	52-2м
	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8	54-2гн
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4	пром
	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,8	пром
Итого за завтрак		580	27,1	21,9	75,3	607,6	
Второй завтрак							
Итого за второй завтрак							
Обед							

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

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
14.10.2024г.

Возрастная категория: 12 лет и старше

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 1 День 1							
Завтрак	Каша гречневая рассыпчатая	200	11	8,5	47,9	311,6	54-4г
	Гуляш из говядины	100	17	16,5	3,9	232,1	52-2м
	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8	54-2гн
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4	пром
	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,8	пром
Итого за завтрак		640	31,6	25,7	87,7	708,7	
Второй завтрак	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4	пром
Итого за второй завтрак							
Обед							