

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

11.01.2025г.

Возрастная категория: 7-11 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 1 День 6							
Завтрак	Масло сливочное (порциями)	10	0.1	7.3	0.1	66.1	53-19з
	Сыр твердых сортов в нарезке	23	5.3	6.8	0	82.4	54-1з
	Каша вязкая молочная овсяная	100	4.3	5.6	17.1	136.4	54-9к
	Яйцо вареное	40	4.8	4	0.3	56.6	54-6о
	Чай с молоком и сахаром	150	1.2	0.9	6.5	38.2	54-4гн
	Яблоко	120	0.5	0.5	11.8	53.3	Пром.
	Хлеб ржаной	60	4	0.7	20	102.5	Пром.
<b>Итого за завтрак</b>		<b>503</b>	<b>20.2</b>	<b>25.8</b>	<b>55.8</b>	<b>535.5</b>	

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  
11.01.2025г.

Возрастная категория: 12 лет и старше

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 1 День 6							
Завтрак	Масло сливочное(порциями)	10	0.1	7.3	0.1	66.1	53-19з
	Сыр твердых сортов в нарезке	25	5.8	7.4	0	89.6	54-1з
	Каша вязкая молочная овсяная	160	6.9	9	27.4	218.3	54-9к
	Яйцо вареное	40	4.8	4	0.3	56.6	54-6о
	Чай с сахаром	200	0.2	0	6.4	26.8	54-2гн
	Яблоко	120	0.5	0.5	11.8	53.3	Пром.
	Хлеб ржаной	60	4	0.7	20	102.5	Пром.
Итого за завтрак		<b>615</b>	<b>22.3</b>	<b>28.9</b>	<b>66</b>	<b>613.2</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>	