

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 332E65B317B6C16VBCAD081E46AE95E4E
Владелец: Лялюкова Ольга Петровна
Действителен: с 09.01.2025 до 04.04.2026

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

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

16.01.2025г.

Возрастная категория: 7-11 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 2 День 4							
Завтрак	Плов с курицей	160	21.8	6.5	26.6	251.7	54-12м
	Компот из смеси сухофруктов	210	0.5	0	20.8	85	54-1хн
	Хлеб пшеничный	40	3	0.3	19.7	93.8	Пром.
	Банан	100	1.5	0.5	21	94.5	Пром.
Итого за завтрак		510	26.8	7.3	88.1	525	

Утверждаю

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 332E65B317B6C168CAD0B1E46AE95E4E
Владелец: Лялюкова Ольга Петровна
Действителен: с 09.01.2025 до 04.04.2026

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

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
16.01.2025г.

Возрастная категория: 12 лет и старше

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 2 День 4							
Завтрак	Плов с курицей	200	27.2	8.1	33.2	314.6	54-12м
	Компот из смеси сухофруктов	210	0.5	0	20.8	85	54-1хн
	Банан	100	1.5	0.5	21	94.5	Пром.
	Хлеб пшеничный	40	3	0.3	19.7	93.8	Пром.
Итого за завтрак		550	32.2	8.9	94.7	587.9	
Второй завтрак	Яйцо вареное	40	4.8	4	0.3	56.6	54-60
	Сок абрикосовый	200	1	0	25.4	105.6	Пром.
Итого за второй завтрак		240	5.8	4	25.7	162.2	