

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 332E665E317B6C16BCAD0B1E46AE95E4E
Владелец: Лялюкова Ольга Петровна
Действителен: с 09.01.2025 до 04.04.2026

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

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

20.01.2025г.

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 вязкая молочная пшеничная	200	8.3	10.1	37.6	274.9	54-6к
	Яйцо вареное	40	4.8	4	0.3	56.6	54-6о
	Какао с молоком	250	5.9	4.4	15.6	125.5	54-21гн
	Хлеб ржаной	15	1	0.2	5	25.6	Пром.
	Апельсин	145	1.3	0.3	11.7	54.8	Пром.
Итого за завтрак		650	21.3	19	70.2	537.4	

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
20.01.2025г.

Возрастная категория: 12 лет и старше

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 1 День 1							
Завтрак	Каша вязкая молочная пшеничная	220	9.1	11.1	41.4	302.4	54-6к
	Яйцо вареное	40	4.8	4	0.3	56.6	54-6о
	Какао с молоком	250	5.9	4.4	15.6	125.5	54-21гн
	Хлеб ржаной	40	2.6	0.5	13.4	68.3	Пром.
	Апельсин	145	1.3	0.3	11.7	54.8	Пром.
Итого за завтрак		695	23.7	20.3	82.4	607.6	
Второй завтрак	Яйцо вареное	40	4.8	4	0.3	56.6	54-6о
	Сок абрикосовый	200	1	0	25.4	105.6	Пром.
Итого за второй завтрак		240	5.8	4	25.7	162.2	