

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
21.01.2025г.

Возрастная категория: 7-11 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 1 День 2							
Завтрак	Каша гречневая рассыпчатая	150	8.2	6.3	35.9	233.7	54-1з
	Гуляш из отварной птицы	80	10.8	1.5	1.2	62	54-6к
	Компот из свежих яблок	200	0.2	0.1	9.9	41.6	54-23ГН
	Банан	100	1.5	0.5	21	94.5	пром
	хлеб пшеничный йодированный	40	3	0.3	19.7	93.8	пром
Итого за завтрак		570	23.7	8.7	87.7	525.6	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 332E65B317B5C16BCAD0B1E46AE95E4E
Владелец: Лялюкова Ольга Петровна
Действителен: с 09.01.2025 до 04.04.2026

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

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
21.01.2025г.

Возрастная категория: 12 лет и старше

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 1 День 2							
Завтрак	Каша гречневая рассыпчатая	200	11	8.5	47.9	311.6	54-4г
	Гуляш из отварной птицы	80	10.8	1.5	1.2	62	54-34м
	Компот из свежих яблок	180	0.1	0.1	8.9	37.4	54-32хн
	Банан	100	1.5	0.5	21	94.5	Пром.
	Хлеб пшеничный йодированный	40	3	0.3	19.7	93.8	Пром.
Итого за завтрак		600	26.4	10.9	98.7	599.3	
Второй завтрак	Сок абрикосовый	250	1.3	0	31.8	132	Пром.
Итого за второй завтрак		250	1.3	0	31.8	132	