

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

25.01.2025г.

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.
Итого за завтрак		503	20.2	25.8	55.8	535.5	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 332E658317B6C16BCAD0B1E46AE95E4E
Владелец: Лялюкова Ольга Петровна
Действителен: с 09.01.2025 до 04.04.2026

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

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
25.01.2025г.

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		615	22.3	28.9	66	613.2	
Второй завтрак	Сок абрикосовый	250	1.3	0	31.8	132	Пром
Итого за второй завтрак		250	1.3	0	31.8	132	