

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

29.01.2025г.

Возрастная категория: 7-11 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 2 День 3							
Завтрак	Каша гречневая рассыпчатая	100	5.5	4.2	24	155.8	54-4г
	Котлета из говядины	75	13.7	13	12.3	221.4	54-4м
	Компот из свежих яблок	180	0.1	0.1	8.9	37.4	54-32хн
	Хлеб пшеничный йодированный	30	2.3	0.2	14.8	70.3	Пром.
	Яблоко	115	0.5	0.5	11.3	51.1	Пром.
Итого за завтрак		500	22.1	18	71.3	536	

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
29.01.2025г.

Возрастная категория: 12 лет и старше

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 2 День 3							
Завтрак	Каша гречневая рассыпчатая	150	8.2	6.3	35.9	233.7	54-4г
	Котлета из говядины	75	13.7	13	12.3	221.4	54-4м
	Компот из свежих яблок	180	0.1	0.1	8.9	37.4	54-32хн
	Хлеб пшеничный йодированный	30	2.3	0.2	14.8	70.3	Пром.
	Яблоко	115	0.5	0.5	11.3	51.1	Пром.
Итого за завтрак		550	24.8	20.1	83.2	613.9	
Второй завтрак	Сок абрикосовый	250	1.3	0	31.8	132	Пром.
Итого за второй завтрак		250	1.3	0	31.8	132	