

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 332E65B317B6C16BCAD081E46AE95E4E
Владелец: Лялюкова Ольга Петровна
Действителен: с 09.01.2025 до 04.04.2026

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

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

31.01.2025г.

Возрастная категория: 7-11 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 2 День 5							
Завтрак	Горошница	105	14.5	7.8	6.6	154.6	54-21г
	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	30	1	0.7	2.7	21.2	54-11р
	Соус красный основной	150	0.1	0	4.8	20.1	54-3соус
	Чай с сахаром	120	1.8	0.6	25.2	113.4	54-2гн
	Банан	40	3	0.3	19.7	93.8	Пром.
	Хлеб пшеничный	105	14.5	7.8	6.6	154.6	Пром.
Итого за завтрак		545	30	10.3	81.5	539.7	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 332E65B317B6D16BCAD0B1E46AE95E4E
Владелец: Лялюкова Ольга Петровна
Действителен: с 09.01.2025 до 04.04.2026

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

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
31.01.2025г.

Возрастная категория: 12 лет и старше

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 2 День 5							
Завтрак	Горошница	120	11.6	1.1	27	163.9	54-21г
	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	105	14.5	7.8	6.6	154.6	54-11р
	Соус красный основной	30	1	0.7	2.7	21.2	54-3соус
	Чай с сахаром	200	0.2	0	6.4	26.8	54-2гн
	Банан	120	1.8	0.6	25.2	113.4	Пром.
	Хлеб пшеничный	40	3	0.3	19.7	93.8	Пром.
Итого за завтрак		615	32.1	10.5	87.6	573.7	
Второй завтрак	Сок абрикосовый	250	1.3	0	31.8	132	Пром.
Итого за второй завтрак		250	1.3	0	31.8	132	