

Согласовано:  
Директор



Утверждаю:

ИП Фрей А.А.



**Примерное меню на 10 дней.  
Горячее питание обучающихся льготных  
категорий**

**МБОУ Фоминская ООШ**

**Возрастная группа 12 лет и старше .**

**В 2022-2023 учебном году.**

**При составлении меню использовался  
Сборник рецептур на продукцию для  
обучающихся во всех образовательных  
учреждениях**

**Под общей редакцией  
М.П.Могильный;В.А.Тутельян**

**2022 г.**

Меню приготавливаемых блюд

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена руб
		Белки	Жиры	Углеводы			
п картофельный с крупой	200	0,44	0,66	3,66	21,24	61	
мпот из смеси сухофруктов	200	0,98	0,20	23,36	97,42	278	
еб пшеничный	30	2,37	0,30	0,63	70,14	Н	
еб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	82,7	50	
<b>Д</b>	<b>480</b>	<b>7,09</b>	<b>1,76</b>	<b>44,35</b>	<b>271,5</b>		
<b>Б:</b>	<b>480</b>	<b>7,09</b>	<b>1,76</b>	<b>44,35</b>	<b>271,5</b>		<b>30,39</b>
рщ с капустой и картофелем	200/5	1,60	4,96	10,20	92,66	54	
еб пшеничный	30	2,37	0,30	0,63	70,14	Н	
еб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	82,7	50	
мпот из смеси сухофруктов	200	0,98	0,20	23,36	97,42	278	
<b>Д</b>	<b>480</b>	<b>8,25</b>	<b>6,06</b>	<b>50,89</b>	<b>342,92</b>		
<b>Б:</b>	<b>480</b>	<b>8,25</b>	<b>6,06</b>	<b>50,89</b>	<b>342,92</b>		<b>30,39</b>
п картофельный с макаронными изделиями	200	0,64	0,96	4,54	29,66	59	
еб пшеничный	30	2,37	0,30	0,63	70,14	Н	
еб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	82,7	50	
мпот из смеси сухофруктов	200	0,98	0,20	23,36	97,42	278	
рожки печеные с повидлом	80	0,80	4,47	11,10	76,89	240	
<b>Д</b>	<b>560</b>	<b>8,09</b>	<b>6,53</b>	<b>56,33</b>	<b>356,81</b>		
<b>Б:</b>	<b>560</b>	<b>8,09</b>	<b>6,53</b>	<b>56,33</b>	<b>356,81</b>		<b>30,39</b>
п картофельный с бобовыми 2	200	1,60	4,96	10,20	92,66	774	
еб пшеничный	30	2,37	0,30	0,63	70,14	Н	
еб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	82,7	50	
мпот из смеси сухофруктов	200	0,98	0,20	23,36	97,42	278	
<b>Д</b>	<b>480</b>	<b>8,25</b>	<b>6,06</b>	<b>50,89</b>	<b>342,92</b>		
<b>Б:</b>	<b>480</b>	<b>8,25</b>	<b>6,06</b>	<b>50,89</b>	<b>342,92</b>		<b>30,39</b>
рщ с капустой и картофелем	200/5	1,60	4,96	10,20	92,66	54	
еб пшеничный	30	2,37	0,30	0,63	70,14	Н	
еб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	82,7	50	
мпот из смеси сухофруктов	200	0,98	0,20	23,36	97,42	278	
<b>Д</b>	<b>480</b>	<b>8,25</b>	<b>6,06</b>	<b>50,89</b>	<b>342,92</b>		
<b>Б:</b>	<b>480</b>	<b>8,25</b>	<b>6,06</b>	<b>50,89</b>	<b>342,92</b>		<b>30,39</b>

картофельный с крупой	200	0,44	0,66	3,66	21,24	61	
б пшеничный	30	2,37	0,30	0,63	70,14	H	
б ржаной	50	3,30	0,60	16,70	82,7	50	
пот из смеси сухофруктов	200	0,98	0,20	23,36	97,42	278	
<b>Д</b>	<b>480</b>	<b>7,09</b>	<b>1,76</b>	<b>44,35</b>	<b>271,5</b>		
<b>о:</b>	<b>480</b>	<b>7,09</b>	<b>1,76</b>	<b>44,35</b>	<b>271,5</b>		<b>30,39</b>
картофельный с бобовыми 2	200	1,60	4,96	10,20	92,66	774	
б пшеничный	30	2,37	0,30	0,63	70,14	H	
б ржаной	50	3,30	0,60	16,70	82,7	50	
пот из смеси сухофруктов	200	0,98	0,20	23,36	97,42	278	
<b>Д</b>	<b>480</b>	<b>8,25</b>	<b>6,06</b>	<b>50,89</b>	<b>342,92</b>		
<b>о:</b>	<b>480</b>	<b>8,25</b>	<b>6,06</b>	<b>50,89</b>	<b>342,92</b>		<b>30,39</b>
щ с капустой и картофелем	200/5	1,60	4,96	10,20	92,66	54	
ожки печеные с повидлом	80	0,80	4,47	11,10	76,89	240	
пот из смеси сухофруктов	200	0,98	0,20	23,36	97,42	278	
б пшеничный	30	2,37	0,30	0,63	70,14	H	
б ржаной	50	3,30	0,60	16,70	82,7	50	
<b>Д</b>	<b>560</b>	<b>9,05</b>	<b>10,53</b>	<b>61,99</b>	<b>419,81</b>		
<b>о:</b>	<b>560</b>	<b>9,05</b>	<b>10,53</b>	<b>61,99</b>	<b>419,81</b>		<b>30,39</b>
картофельный с макаронными изделиями	200	0,64	0,96	4,54	29,66	59	
б пшеничный	30	2,37	0,30	0,63	70,14	H	
б ржаной	50	3,30	0,60	16,70	82,7	50	
пот из смеси сухофруктов	200	0,98	0,20	23,36	97,42	278	
<b>Д</b>	<b>480</b>	<b>7,29</b>	<b>2,06</b>	<b>45,23</b>	<b>279,92</b>		
<b>о:</b>	<b>480</b>	<b>7,29</b>	<b>2,06</b>	<b>45,23</b>	<b>279,92</b>		<b>30,39</b>
жюльен	200/7	1,60	4,14	11,86	90,66	55	
б пшеничный	30	2,37	0,30	0,63	70,14	H	
б ржаной	50	3,30	0,60	16,70	82,7	50	
пот из смеси сухофруктов	200	0,98	0,20	23,36	97,42	278	
<b>Д</b>	<b>480</b>	<b>8,25</b>	<b>5,24</b>	<b>52,55</b>	<b>340,92</b>		
<b>о:</b>	<b>480</b>	<b>8,25</b>	<b>5,24</b>	<b>52,55</b>	<b>340,92</b>		<b>30,39</b>
<b>ь ПЕРИОД:</b>	<b>4960</b>	<b>79,86</b>	<b>52,12</b>	<b>508,36</b>	<b>3312,14</b>		
<b>ИЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>	<b>496</b>	<b>7,99</b>	<b>5,21</b>	<b>50,84</b>	<b>331,21</b>		