

Утверждаю
 Директор МОУ “Коршуновская СОШ”
 _____ Глущенко А.В.
 31.08.2022

**Примерное 14-ти дневное меню, горячего питания для детей
 начальных классов МОУ “Коршуновская СОШ”**

День	№ Сборника рецептур	Наименование блюда	Выход
1	№20..№291. №123..№8	Завтрак Салат из помидоров с репчатым луком С растительным маслом Плов из птицы Компот из см ягоды Хлеб пшеничный Б-24.66.Ж-25.26.У-77.3.Эн цен-638.82.Са-61,21;Mg-79,84;P-265,2;Fe-4,09;А-48,0;В1-0,25;В2-0,04;PP-0,43;С-33,77	1/100 100/80 1/180 1/50
2	№110..№37 6..№8..№469 ..№8..№338	Завтрак Борщ с капустой и картофелем Чай с сахаром Булочка домашняя Хлеб пшеничный Фрукты свежие Б-18.79.Ж-17.66.У-116.07.Эн цен-687.8Са-82,98;Mg-108,17;P-139,5;А-48,0;Fe-3,68;В1-0,11;В2-0,04;PP-0,0;С-24,11	1/200 1/200 1/80 1/50 1/150
3	№19..№286. №587. №332..№8 №631	Завтрак Салат из морской капусты Окорочек запеченный в духовке Томатный соус Макароны отварные\ Компот из свежих плодов Хлеб пшеничный Б-20.32.Ж-20.32.У-97.2.Эн цен-755.55.Са-77,51;Mg-63,17;P-330,3;Fe-6,62;А-39,04;В1-0,29;В2-0,34;PP-0,0;С-8,77	1/100 1/60 1/50 1/200 1/200 1/50

4	№230.№71. №310.№8 №639	Завтрак Рыба припущенная с овощами Картофельное пюре Овощи натуральные свежие Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный Б-23.05.Ж-19.47.У-49.41.Эн цен-493.71.Са-152,31;Mg-40,10;P-125,10;Fe-4,37p;A-0,01;B1-0,4;B2-0,12;PP-0,0;C-12,15	1/80 1/100 1/60 1/200 1/50
---	------------------------------	--	--

5	№71.№395. 1.№382.№8	Завтрак Овощи натуральные свежие Пельмени отварные Какао с молоком Хлеб пшеничный Б-17.77.Ж-19.47.У-49.41.Эн цен-493.71.Са-152,31;Mg-40,10;P-125,10;Fe-4,37;A-0,01;B1-0,4;B2-0,12;PP-0,0;C-12,15	1/60 220/10 1/200 1/50
---	------------------------	---	---------------------------------

6	№88.№8 №469.№63 1.№339	Завтрак Щи из свежей капусты с картофелем Булочка домашняя Компот из свежих плодов Хлеб пшеничный Фрукты свежие Б-12.75.Ж-15.75.У-135.12.Эн цен-744.76.Са-68,57;Mg-94,9;P-74,1;Fe-2,73;A-0,0;B1-0,27;B2-0,04;PP-0,0;C-35,17	1/200 1/80 1/200 1/50 1/150
---	------------------------------	---	---

7	№71.№8 №230 №128 №639	Завтрак Овощи натуральные свежие Рыба тушеная в томатном соусе с овощами Картофельное пюре Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный Б-31.94.Ж-21.92.У-90.09.Эн цен-621.4.Са-147,54;Mg-143,83;P-326,16;Fe-4,95;A-0,13;B1-0,35;B2-0,0;PP-0,0;c-48,12	1/60 75/75 200/10 1/200 1/50
---	--------------------------------	--	--

8	№139.№230.№8 №639	Завтрак Суп картофельный с бобовыми Компот из кураги Булочка домашняя Хлеб пшеничный Фрукты свежие Б-21.57.Ж-17.77.У-134.82.Эн цен-834.64.Са-142,11;Mg-109,84;P-138,3;Fe-4,08;A-0,02;B1-0,38;B2-0,08;PP-0,0;C-20,86	1/200 1/200 1/80 1/50 1/150
---	----------------------	---	---

9	№15..№268. №332..№58 7.№123..№8	Завтрак Салат из капусты с растительным Котлета Макароны отварные Томатный соус Компот из см ягод Хлеб пшеничный Б-27,65;Ж-24,09;У-92,2;Эн цен-769,15;Са-103,35;Mg-109,4;P-441,63;Fe-4,82;A-28,79;B1-0,46;B2-0,37;PP-0,93;C-19,13	1/100 1/100 1/200 1/50 1/180 1/50
---	---------------------------------------	---	--

