



Утверждено:
 Директор МКОУ НСОШ
 О.В. Устюгин

05.10 _____ Дата

Горючий завтрак №3 Для учащихся 11-18 лет *Менюное приложение к раз. плану*

| № рецеп. | Наименование блюда | Масса порции | Химический состав | | | Эн.цен (ккал.) |
|---|-------------------------------------|--------------|-------------------|-------------|-------------|----------------|
| | | | белки | жиры | углеводы | |
| Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г. Технологическая карта № 54-27 к | Сыр твердых сортов в нарезке | 30 | | | | |
| Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г. Технологическая карта № 54-13 | Каша жидкая молочная манная | 200 | 5.35 | 5.74 | 25.29 | 174.3 |
| <i>Пром. Произв.</i> | хлеб пшеничный | 60 | 4,6 | 0,5 | 29,5 | 140,6 |
| <i>Пром. Произв.</i> | Сок абрикосовый | 200 | 1 | 0 | 25,4 | 105,6 |
| <i>Пром. Произв.</i> | Мандарины | 100 | 0,8 | 0,2 | 7,5 | 35 |
| | ИТОГО | 590 | 18,7 | 15,3 | 87,7 | 562,9 |

Завхоз: Вашурина Г.М. _____

Повар: Петухова С.Н. _____