

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ Христинчанской ООШ
 Бокова М.И.

МЕНЮ
горячего питания учащихся 1-4 классов

Дата 5.04.2021

Наименование блюда	Тех. карта №	выход	Ккал	Пищевые вещества (г)				
				белки	жиры	углеводы	клетчатка	Орг.к-ты
День 9 завтрак								
каша гречневая сл.м.	443	150	186	5,16	8,73	28,7	0,85	0,19
филе куриное тушен. с овощами	236	80	125	11,5	10,14	5,88	0,12	0,11
Овощи тушённые	210	60	65	1,2	1,15	23,85	0,6	0,6
Хлеб пшеничный		50	120	2,28	0,24	12,76	0,76	0,09
чай с сахаром	395	200г	104	0	0	9	0	0
Итого			600	20,14	20,26	80,19	1,94	0,412

Повар  Камелева С.А.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ Христинчанской ООШ
 Бокова М.И.

МЕНЮ
горячего питания учащихся 1-4 классов

Дата 6.04.2021

Наименование блюда	Тех. карта №	выход	Ккал	Пищевые вещества (г)				
				белки	жиры	углеводы	клетчатка	Орг.к-ты
День 10 завтрак								
плов из куриного мяса	403	250	243	10	11	42	0,85	0,19
винегрет	14	60	133	8,5	9,5	17,5	0,6	0,6
Хлеб пшеничный		50	120	2,28	0,24	12,76	0,76	0,09
какао с молоком		200г	104	0	0	9	0	0
Итого			600	20,78	20,74	81,26	2,21	0,88

Повар  Камелева С.А.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ Христичанской ООШ
 Бокова М.И.

МЕНЮ
горячего питания учащихся 1-4 классов

Дата 7.04.2021

Наименование блюда	Тех. карта №	выход	Ккал	Пищевые вещества (г)				
				белки	жиры	углеводы	клетчатка	Орг.к-ты
День 1 завтрак								
колбасные изделия отварные	25	80	185	12	12	3	0,04	0,17
макароны отварные со сл. маслом	486	150	163	4	5	24	0,05	0,02
овощи свежие резанные	12	60	32	4	4	35	0,35	0,05
Хлеб пшеничный		50	120	2,28	0,24	15	0,76	0,09
чай с сахаром	395	200г	124	0	0	9	0	0
Итого			624	22,28	21,24	86	1,2	0,33

Повар  Камелева С.А.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ Христинчанской ООШ
 Бокова М.И.

МЕНЮ
горячего питания учащихся 1-4 классов

Дата 8.04.2021

Наименование блюда	Тех. карта №	выход	Ккал	Пищевые вещества (г)				
				белки	жиры	углеводы	клетчатка	Орг.к-ты
День 2 завтрак								
Хлеб пшеничный		50	120	2,28	0,24	15	0,76	0,09
Пюре картофельное	472	150	157	3,16	7,73	24	1,2	0,3
кртлета мясная	309	80	180	8	6	35	0,37	0,14
кофейный напиток с молоком	642	200г	157	8	8	10	0	0
Итого			614	21,44	21,97	84	1,13	0,53

Повар  Камелева С.А.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ Христинчанской ООШ
 Бокова М.И.

МЕНЮ
горячего питания учащихся 1-4 классов

Дата 9.04.2021

Наименование блюда	Тех. карта №	выход	Ккал	Пищевые вещества (г)				
				белки	жиры	углеводы	клетчатка	Орг.к-ты
День 3 завтрак.								
запеканка творожная со сметаной	195	150/20	252	12	10	11	1,33	0,42
Хлеб пшеничный		50	120	2,28	0,24	12,76	0,76	0,09
какао с молоком		200г	104	2	3	9	0	0
Итого			476	16,28	13,24	83,76	2,09	0,51

Повар  Камелева С.А.