

МБОУ СОШ ст.Луковской им.С.Г.Астанина

1 – 4 классы

№ п/п	Номер рецептур ы	Наименование блюда	Масса порции, г (не менее)	Пищевая ценность (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Белки, г	Жиры, г.	Углеводы, г	
1	2	3	4	5	6	7	8
17.10.2022	<b>завтрак</b>						
	15/М	Сыр полутвердый	15	3,9	3,92		50,88
	209/М	Яйцо вареное	40	5,08	4,6	0,28	62,80
	173/М	Каша пшеничная молочная	160	5,84	5,81	31,75	169,54
	382/М	Какао с молоком	180	3,37	2,85	14,71	100,06
		Хлеб пшеничный	40	3,04	0,40	19,32	94,00
	338/М	Яблоко (фрукт)	100	0,4	0,40	9,8	47
	Итого:		535	21,63	17,98	75,86	524,28

5 - 11 классы

№ п/п	Номер рецептур ы	Наименование блюда	Масса порции, г (не менее)	Пищевая ценность (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Белки, г	Жиры, г.	Углеводы, г	
1	2	3	4	5	6	7	8
17.10.2022	<b>завтрак</b>						
	15/М	Сыр полутвердый	15	3,9	3,92		50,88
	209/М	Яйцо вареное	40	5,08	4,6	0,28	62,80
	173/М	Каша пшеничная молочная	180	7,3	7,2	39,7	211,9
	382/М	Какао с молоком	180	3,37	2,85	14,71	100,06
		Хлеб пшеничный	40	3,04	0,40	19,32	94,00
	338/М	Яблоко (фрукт)	100	0,4	0,40	9,8	47
	Итого:		535	23,09	19,37	83,81	566,64

дети-сироты и оставшиеся без попечения родителей

№ п/п	Номер рецептур ы	Наименование блюда	Масса порции, г (не менее)	Пищевая ценность (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Белки, г	Жиры, г.	Углеводы, г	
1	2	3	4	5	6	7	8
17.10.2022	<b>завтрак</b>						
	15/М	Сыр полутвердый	15	3,9	3,92		50,88
	209/М	Яйцо вареное	40	5,08	4,6	0,28	62,80
	173/М	Каша пшеничная молочная	200	8,11	8	44,11	235,44
	382/М	Какао с молоком	200	3,74	3,17	16,34	111,18
		Хлеб пшеничный	40	3,04	0,40	19,32	94,00
	338/М	Яблоко (фрукт)	100	0,4	0,40	9,8	47
	Итого:		595	24,27	20,49	89,85	601,3

обучающиеся с ОВЗ

№ п/п	Номер рецептур ы	Наименование блюда	Масса порции, г (не менее)	Пищевая ценность (г)			Энергетическая ценность (ккал)	
				Белки, г	Жиры, г.	Углеводы, г		
1	2	3	4	5	6	7	8	
17.10.2022	<b>завтрак</b>							
		выпечка в ассортименте	80	7,84	3,62	46,54	249,79	
	376	Чай с сахаром	180	0,07	0,02	12,00	48,46	
		итого:	180	7,91	3,64	46,54	298,25	
	<b>обед</b>							
	15/М	Сыр полутвердый	15	3,9	3,92		51,6	
	209/М	Яйцо вареное	40	5,08	4,6	0,28	62,80	
	173/М	Каша пшеничная молочная	180	7,3	7,2	39,7	211,9	
	382/М	Какао с молоком	180	3,59	2,85	14,71	100,6	
		Хлеб пшеничный	40	3,04	0,40	19,32	94,00	
	338/М	Яблоко (фрукт)	100	0,4	0,40	9,8	47,00	
		Итого:		555	23,31	19,37	83,81	567,36



Директор

А.Н.Чумаченко