

МКОУ ХМР ООШ д. Ягурьях




УТВЕРЖДАЮ
Директор школы
М.М. Колдашев
«05» февраль 2021 г.

МЕНЮ Школы на « 08 » февраль 2021 г

№ п/п	Наименование блюда	ВЫХОД	ХИМИЧЕСКИЙ СОСТАВ			ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ
			Б	Ж	У	
ЗАВТРАК						
1	Каша гречневая	200	7,94	8,21	53,13	246,17
2	Чай с сахаром	180	0,07	0,01	15,31	61,62
3	Хлеб с маслом, сыр	30/5	1,36	4,12	12,02	96,12
4						
ОБЕД						
1	Салат из огурцов с раст. маслом	100/10	0,50	5,08	2,30	56,96
2	Рассольник (с рисом) со сметаной	200/10	11,37	12,09	27,63	182,05
4	Каша перловая рассыпчатая	100	2,32	4,29	20,5	122,15
5	Тефтели из говядины в томат. соусе	70	12,85	14,60	10,58	161,83
6	хлеб	50	1,75	0,28	14,70	69,73
7	Компот из сухофруктов	180	0,42	---	20,97	85,65
8						

Кладовщик:  Потеряева А.Д.

Повар:  Доненко О.А.

МКОУ ХМР ООШ д. Ягурьях



УТВЕРЖДАЮ
 Директор школы
 М.М. Колдашев
 «05» февраль 2021 г.

МЕНЮ Детского сада на « 08 » февраль 2021 г

№ п/п	Наименование блюда	ВЫХОД		ХИМИЧЕСКИЙ СОСТАВ						ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ	
		до 3-х лет	с 3-х лет	Б		Ж		У			
ЗАВТРАК											
1	Каша гречневая	150	200	4,76	7,94	4,93	8,21	31,88	53,13	147,70	246,17
2	Чай с сахаром	180	180	0,07	0,07	0,01	0,01	15,31	15,31	61,62	61,62
3	Хлеб с маслом, сыр	30/5	30/5	1,36	1,36	4,12	4,12	12,02	12,02	96,12	96,12
4											
ОБЕД											
1	Салат из <i>огурцов</i> с раст. маслом	50/5	100/10	0,25	0,50	2,54	5,08	1,15	2,30	28,48	56,96
2	Рассольник (с рисом) со сметаной	150/5	200/10	8,53	11,37	9,07	12,09	20,72	27,63	136,54	182,05
4	Каша перловая рассыпчатая	80	100	2,07	2,32	4,08	4,29	19,72	20,5	121,63	122,15
5	Тефтели из говядины в томат. соусе	50	70	9,18	12,85	10,43	14,60	7,56	10,58	115,59	161,83
6	хлеб	40	50	1,40	1,75	0,22	0,28	11,76	14,70	55,78	69,73
7	Компот из сухофруктов	180	180	0,42	0,42	---	---	20,97	20,97	85,56	85,65
8											
ПОЛДНИК											
1	Чай с сахаром	180	180	0,07	0,07	0,01	0,01	15,31	15,31	61,62	61,62
2	блины со сгущ. молоком	50	50	3,16	3,16	1,32	1,32	23,92	23,92	115,85	115,85
3											

Кладовщик: Потеряева А.Д.

Повар: Доненко О.А.