

«СОГЛАСОВАНО»

Начальник Территориального Управления
Ростпотребнадзора по Калужской области
В Бабынинском, Козельском, Сухиничском,
Перемышльском, Мещовском районах

Исх. № 415



«УТВЕРЖДАЮ»
« 09 » 08. 2022 г.

Директор: А.В. Шупень

Примерное меню для организации питания в МКОУ «Погореловская ООШ»

в 2022/2023 учебном году для 1-4 классов

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
1	2	3	4	5	6	7	8	9
День 1								
Завтрак	Суп молочный манный с маслом	250/15	2.74	2.52	8.05	65.9	0.49	92
	Бутерброд с маслом	60/20	6.12	18.88	36.55	528	0	1
	Чай с сахаром	200/15	0.05	0.01	4.95	17.5	0	268
	Итого:		8.91	21.41	49.55	611.4		
День 1								
Обед	Борщ с мясом (курица) со сметаной	250/25	0.93	3.3	5.43	55	3.27	54
	Каша гречневая рассыпчатая	200	3.6	3.48	23.16	148.8	5.65	169
	Гуляш из отварного мяса	100/75	12.89	10.19	3.28	156.25	0.69	277
	Компот из сушённых фруктов	200/20	0.22	0.1	13.88	56.5	0.2	376
	Хлеб ржаной	20	8.3	1.5	48.1	98.4		

«СОГЛАСОВАНО»

Начальник Территориального Управления
Ростпотребнадзора по Калужской области
В Бабынинском, Козельском, Сухиничском,
Перемышльском, Мещовском районах

Нерисина 4.8



«УТВЕРЖДАЮ»

2022 г.

Директор школы: А.В. Шупень

29/4

Примерное меню для организации питания в МКОУ «Погореловская ООШ»

в 2022/2023 учебном году для 5-9 классов

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
1	2	3	4	5	6	7	8	9
День 1								
Завтрак	Суп молочный манный с маслом	250/15	2.74	2.52	8.05	65.9	0.49	92
	Бутерброд с маслом	60/20	6.12	18.88	36.55	528	0	1
	Чай с сахаром	200/15	0.05	0.01	4.95	17.5	0	268
	Итого:		8.91	21.41	49.55	611.4		
День 1								
Обед	Борщ с мясом (курица) со сметаной	300/25	0.93	3.3	5.43	55	3.27	54
	Каша гречневая рассыпчатая	270	3.6	3.48	23.16	148.8	5.65	169
	Гуляш из отварного мяса	100/80	12.89	10.19	3.28	156.25	0.69	277
	Компот из сушённых фруктов	200/20	0.22	0.1	13.88	56.5	0.2	376
	Хлеб ржаной	60	8.3	1.5	48.1	98.4		