

**Меню МКОУ Слюсаревская ОШ 26.06.2025. (меню 9-го дня 10-ти дневного меню)**

Директор МКОУ Слюсаревская ОШ

*Зибар*

\_\_\_\_ Л.Н. Зибарова



**Завтрак**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции		Белки,г		Жиры,г		Углеводы,г		Энергетическая ценность,ккал		№ рецептуры	Сборник рецептур
	7-11 лет	12 и старше	7-11л.	12 и старше	7-11л.	12 и старше	7-11л.	12 и старше	7-11л.	12 и старше		
<b>Каша молочная манная жидкая с маслом и сахаром</b>	220	250	5,83	6,62	6,27	7,12	27,83	31,62	191,4	217,9	54-27к	2022н
<b>Пряник</b>	70	70	4,20	4,20	6,52	6,52	49,77	49,77	274,45	274,45	П.т.	
<b>Чай с молоком</b>	200	207	1,6	1,6	1,1	1,1	12,6	12,6	66,52	66,52	54-4гн	2022н

**Обед**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции		Белки,г		Жиры,г		Углеводы,г		Энергетическая ценность,ккал		№ рецептуры	Сборник рецептур
	7-11 лет	12 и старше	7-11л.	12 и старше	7-11л.	12 и старше	7-11л.	12 и старше	7-11л.	12 и старше		
<b>Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий в нарезке)</b>	60	100	0,6	1,0	3,6	6,0	2,1	3,5	42,42	70,66	24	2017м
<b>Суп с макаронными изделиями</b>	200	250	5,1	6,4	5,8	7,3	18,5	23,1	146,42	183	54-7с	2022н

<b>Котлета мяскокапустная</b>	90	100	11, 7	13,0	13,7	15,2	12,0	13,3	180,9	201	76-6	2022н
<b>Каша ячневая вязкая</b>	150	180	4,8	5,8	6,2	7,4	7,2	7,2	30,08	30,08	54-45н	2022н
<b>Каркаде</b>	200	200	0,2	0,2	0,1	0,1	19,8	19,8	81	81	54-1х	2022н
<b>Хлеб пшеничный</b>	40	40	3,0	3,0	0,2	0,2	19,5	19,5	91,9	91,9	701	2010
<b>Хлеб пеклеванный</b>	50	50	3,2	3,2	0,4	0,4	20,6	20,6	98,9	98,9	702	2010

Повар МКОУ Слюсаревская ОШ \_\_\_\_\_ Н.В. Бутко

Ответственный за организацию питание в МКОУ Слюсаревская ОШ \_\_\_\_\_ Н.В.Зибарова