



Утверждаю
Директор МКОУ СОШ с.п. Хушто-Сырт
М.М. Кожаканов
2022 г

день: 24.02.2023
неделя: 1
1 понедельник
7-11 лет
возрастная категория: осенне-зимний
сезон:

сезон:		ЗИМНИИ						
№ рецептуры	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	СТОИМ.	
Завтрак								
54-2з-2020	Овощи в нарезке (огурец)	20	0,2	0	0,5	2,8	7,00	
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,3	35,9	233,7		
54-4м-2020	Котлеты из говядины	75	13,7	13,6	12,2	226,3	85,19	
54-1соус-2020	Соус сметанный	100	1,5	8,4	3,4	95,2	19,46	
54-23гн-2020	Кофейный напиток с молоком	200	3,9	2,9	11,2	86	9,99	
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50		
Пром.	Хлеб ржаной	16	0,78	0,16	7,17	33,60	1,95	
	Итого:	591	30,65	31,66	84,86	748,10		



2 вторник

день: 20.02.2023г

7-11 лет

возрастная категория:

возрастная категория:		7-11 лет					
№ рец.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	СТОИМ.
Завтрак							
54-1т-2020	Запеканка из творога	150	25,60	16,10	25,00	347,80	34,35
Пром.	Молоко сгущенное с сахаром	30	2,2	2,6	16,7	98,2	7,50
54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	0,20	0,10	6,60	27,90	2,89
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50	
Пром.	Хлеб ржаной	16	0,78	0,16	7,17	33,60	1,95
Пром.	Фрукт (банан)***	150	2,30	0,00	33,60	143,40	19,50
	Итого:	576	33,45	19,26	103,56	721,40	66,19