

УТВЕРЖДАЮ
 Директор МКОУ Сосновской СПШ
 им. М. Я. Бредова
 О. Н. Серова



**Примерное десятидневное меню
 для учащихся 5-10 классов
 МКОУ Сосновской СПШ им. М. Я. Бредова
 на 2022/2023 учебный год**

День недели	№ рецептуры	Наименование блюда	Норма выдачи, г	Брутто, г	Нетто, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Минеральные вещества, мг			Витамины, мг			
						Б	Ж	У		Са	Fe	Mg	P	B1	C	A
Понедельник	167	Каша рисовая рассыпчатая с курицей	180	54	54	6,69	11,32	54,84	335,99	46,93	2,83	-	-	0,19	1,67	-
	409	Компот из свежих яблок	200	30	30	0,20	0,20	22,3	110,0	12,0	0,8	-	2,4	0,02	-	-
	70	Хлеб ржаной	50	50	50	9,15	1,18	61,35	128,7	17,4	2,16	24,2	78	0,096	-	-
ИТОГО						16,04	12,7	135,49	574,69	107,78	10,77	102,2	438,1	0,506	10,85	24,0