

УТВЕРЖДАЮ

Директор МКОУ Сосновской СШ
им. М. Я. Бредова
О. Н. Серова



**Примерное десятидневное меню
для учащихся СВО
МКОУ Сосновской СШ 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	
																	1 неделя
завтрак																	
	7	Греча рассыпчатая с маслом сливочным	150/15	50	50	7,46	5,61	35,84	230,45	12,98	3,95	67,5	208,5	0,18	-	-	0,02
	8	Сосиска отварная	50	50	50	7,2	12,0	0,072	146,9	17,5	1,8	10,0	79,5	-	-	-	-
	70	Хлеб ржаной	50	50	50	9,15	1,18	61,35	128,7	17,4	2,1	24,2	78	0,0	-	-	-
	145	Апельсин	1 шт.	100	100	1,2	-	13,6	61,4	51,0	0,4	19,5	34,5	0,0	90,0	-	-
	270	Чай с сахаром	200	0,4	0,4	0,2	0,04	10,0	71	-	-	0,08	-	-	-	2,8	-
	ИТОГО					24,01	18,85	119,29	616,85	98,88	8,36	121,28	400,5	0,36	92,8	0,02	0,02

Понедельник