

Утверждаю:

Директор школы:

Для Процкая В.Н.



для столовой Селецкой школы

5-11кл.

Завтрак

Примерное меню

на 2024 -2025 год

5-11 кл.

2 день

Наименование блюда	Выход	Белки г	Жиры г	Углевод ы г	Эн.цен. ккал	Вит.С мг	Вит.Е мг	Вит.В1 мг	Са мг	Fe мг	№ рецептуры по сборнику А. Я. Перевалова
Завтрак											
Каша манная молочная с маслом	200	7,72	17,05	35,96	236	1,44	0,72	0,09	144,3	1,47	№ 141 2018
Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	0	0	0	5,1	0,82	№ 457 2018
Рогалик	30	2,15	4,0	14,4	103	0,0	0,35	0,02	4,9	0,23	
		10,07	21,15	59,66	377	1,44	1,07	0,11	154,3	2,52	

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

для столовой Селецкой школы

на 2024-2025 год

5-11 кл.

3 день

Директор школы:



Утверждаю:

Процкая В.Н.

Наименование блюда	Выход	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Эн.цен. ккал	Вит.С мг	Вит. Е мг	Вит.В1 мг	Са мг	Fe мг	№ рецептуры по сборнику А. Я. Перевалова
Завтрак											
Каша гречневая молочная с маслом	200	6,2	6,9	20,6	169	0,58	0,28	0,12	107,9	2,09	№ 214 2018
Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	0,	0,	0,	5,1	0,82	№ 457 2018
Рогалик	30	2,15	4,0	14,4	103	0,0	0,35	0,02	4,9	0,23	
		2,15	11,0	44,3	310	1,28	0,64	0,17	224,1	2,97	

Утверждаю:

Директор школы:

Процкая В.Н.



ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

для столовой Селецкой школы

на 2024 -2025 год 5-11 кл.

4 день

Наименование блюда	Выход д	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Эн.цен. ккал	Вит.С мг	Вит.Е мг	Вит.В1 мг	Са мг	Fe мг	№ рецептуры по сборнику А. Я. Перевалова
Завтрак											
Каша рисовая молочная с маслом	200	4,6	2,1	44,4	210	0,0	0,2	0,06	18	0,38	№ 226 2018
Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	0,0	0,0	0,0	5,1	0,82	№ 462 2018
Рогалик	30	2,15	4,0	14,4	103	0,0	0,35	0,02	4,9	0,23	
		6,95	6,2	68,1	351	0,0	0,55	0,8	28,00	1,43	

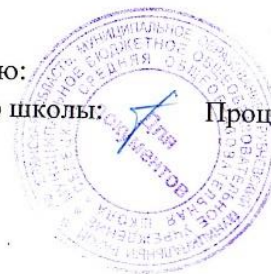
для столовой Селецкой школы

на 2024 -2025 год 5-11 кл.

Утверждаю:

Директор школы:

Процкая В.Н.



ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

5 день

Наименование блюда	Выход	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Эн.цен. ккал	Вит.С мг	Вит.Е мг	Вит.В1 мг	Са мг	Fe мг	№ рецептуры по сборнику А. Я. Перевалова
Завтрак											
Каша пшеничная молочная	200	8,66	7,86	37,2	254	1,36	0,2	0,47	141,5	1,46	№ 140 2018
Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	1,0	0,02	0,0	5,1	0,82	№ 457 2018
Рогалик	30	2,15	4,0	14,4	371	0,0	0,35	0,02	4,9	0,23	
		11,91	11,96	62,7	663,	3,36	0,57	0,49	151,5	2,51	

для столовой Селецкой школы
на 2024 -2025 год 5-11 кл.

Утверждаю:
Директор школы: Прощая В.Н.



ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

6 день

Наименование блюда	Выход	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Эн.цен. ккал	Вит.С мг	Вит.Е мг	Вит.В1 мг	Са мг	Fe мг	№ рецептуры по сборнику А. Я. Перевалова
Завтрак											
Каша овсяная молочная	200	8,42	9,04	31,46	241	0,72	0,76	0,18	146,26	1,7	№ 223 2018
Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	0,0	0,0	0,0	5,1	0,82	№ 467 2018
Рогалик	30	2,15	4,0	14,4	103	0,0	0,35	0,02	4,9	0,23	
		10,77	13,14	55,16	382	0,72	1,11	0,2	156,26	2,75	

Утверждаю:

Директор школы: Прощкая В.Н.



для столовой Селецкой школы
на 2024 -2025 год 5-11 кл.

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

7 день

Наименование блюда	Выход	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Эн.цен. ккал	Вит.С мг	Вит.Е мг	Вит.В1 мг	Са мг	Fe мг	№ рецептуры по сборнику А. Я. Перевалова
Завтрак											
Каша манная молочная	200	7,72	17,05	35,96	236	1,44	0,06	0,06	161,3	0,18	№ 141 2018
Чай сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	0,7	0,01	0,03	111,3	0,65	№ 457 2018
Рогалик	30	2,15	4,0	14,4	103	0,0	0,35	0,2	4,9	0,23	
		10,06	21,12	154,46	571	2,14	0,42	0,42	277,5	1,06	

для столовой Селецкой школы
на 2024 -2025 год 5-11 кл.

Утверждаю:
Директор школы:



Проккая В.Н.

8 день

Наименование блюда	Выход	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Эн.цен. ккал	Вит.С мг	Вит.Е мг	Вит.В1 мг	Са мг	Fe мг	№ рецептуры по сборнику А. Я. Перевалова
Завтрак											
Каша гречневая молочная	200	6,2	6,9	20,6	169	0,58	0,28	0,12	107,9	2,09	№ 256 2018
Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	0,0	0,0	0,0	5,1	0,82	№ 457 2018
Рогалик	30	2,15	4,0	14,4	103	0,0	0,35	0,02	4,9	0,23	
		8,55	11,0	44,3	310	0,58	1,19	0,3	117,9	3,14	

Для столовой Селецкой школы
на 2024 -2025год 5-11 кл.

Утверждаю:

Директор школы:

Процкая В.Н.



ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

9 день

Наименование блюда	Выход	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Эн.цен. ккал	Вит.С мг	Вит.Е мг	Вит.В1 мг	Са мг	Fe мг	№ рецептуры по сборнику А. Я. Перевалова
Завтрак											
Каша рисовая молочная	200	4,6	2,1	43,4	210	0,0	0,2	0,06	18	0,38	№ 217 2018
Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	0,0	0,0	0,0	5,1	0,82	№ 457 2018
Рогалик	30	2,15	4,0	14,4	103	0,0	0,35	0,02	4,9	0,23	
		11,8	11,2	122,4	619	0,0	0,32	0,08	28,00	1,43	

для столовой Селецкой школы
на 2024 -2025 год 5-11 кл.

Утверждаю:

Директор школы: Прощая В.Н.



ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

10 день

Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.цен.	Вит.С	Вит.Е	Вит.В1	Са	Fe	№ рецептуры по сборнику А. Я. Перевалова
	д	г	г	г	ккал	мг	мг	мг	мг	мг	
Завтрак											
Каша пшеничная молочная	200	8,66	7,86	137,2	254	1,36	0,2	0,47	141,5	1,46	№ 140 2018
Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	0,0	0,0	0,0	5,1	0,82	№ 457 2018
Рогалик	30	2,15	4,0	14,4	103	0,0	0,35	0,02	4,9	0,23	
		11,01	11,96	160,9	395	1,36	0,37	0,49	251,5	2,51	