

УТВЕРЖДАЮ:

директор МБОУ СШ № 1 г. Котово _____ Дронина М. А.

МЕНЮ на 15.11.2022 г.

№ рецепта по сборнику	Наименование блюд	Цена	Выход (г)		Пищевые вещества/г/						Энергетич. ценность (ккал)	
			7-11	12-18	Б		Ж		У		7-11	12-18
					7-11	12-18	7-11	12-18	7-11	12-18		
ЗАВТРАК												
70/71/2017м	Овощи свежие (помидор свежий; соленый)	12	60	100	0,66	1,1	0,12	0,2	2,16	2,8	13,2	22
295/332/2017М	Биточки , котлеты куриные с соусом сметанным с луком	30	100/20	100/20	10,18	10,18	11,33	11,33	7,07	7,07	147,85	147,85
203/2017м	Макароны отварные с маслом	14	150	180	5,73	6,87	6,07	7,28	31,98	38,37	205,50	246,60
376/2017м	Чай с сахаром	15	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60
701/2010м	Хлеб пшеничный	6,09	30	40	2,31	3,08	0,72	0,96	16,02	21,36	79,80	106,40
ИТОГО:		77,09	560	640	18,95	21,3	18,26	19,79	72,23	84,6	506,35	582,85
ОБЕД (ОВЗ)												
33\2011 м	Свекла отварная с растительным маслом	3,00	60	100	0,85	1,42	3,65	6,08	5,02	8,36	56,3	93,8
139\2004л	Суп картофельный с бобовыми (горох)	12,00	200	250	4,96	6,2	4,48	5,6	17,84	22,3	133,6	167
489\2004 л	Рагу с птицей	22,00	240	240	14,4	14,4	11,64	11,64	23,28	23,28	278,4	278,4
342\2011 м	Компот из свежих плодов	7,00	200	200	0,1	0,1	0,2	0,2	27,5	27,5	112,7	112,7
701\2010 м	Хлеб пшеничный	5,00	30	40	2,43	3,24	0,3	0,4	14,64	19,52	72,6	96,8
702\2010 м	Хлеб ржано-пшеничный	5,00	40	40	2,53	2,53	0,45	0,45	17,4	17,4	87,6	87,6
33\2011 м	Свекла отварная с растительным маслом	4,00	60	100	0,85	1,42	3,65	6,08	5,02	8,36	56,3	93,8
ИТОГО:		58,00	770	870	25,27	27,89	20,72	24,37	105,68	118,36	741,24	836,33
ЗАВТРАК ЗА РОДИТЕЛЬСКУЮ ПЛАТУ												
ТТК	Пельмени со сметаной	43	180		15,12		26,64		20,70		383,76	
376/2017м	Чай каркаде с сахаром	15	200		0,07		0,02		15		60	
701/2010м	Хлеб пшеничный	2	20		1,54		0,48		10,68		53,20	
ИТОГО:		60	400		16,73		27,14		46,38		496,96	

Старший повар

Ситникова Н. И.

