УТВЕРЖДАЮ:

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

МЕНЮ на 18.11.2022 г.

№ рецепта по сборнику	Наименование блюда	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												
101/2004л	Овощи консервированные (зеленый горошек)	11	60	100	1,35	2,25	0,18	0,30	7,92	13,20	38,52	64,20
291/2017м	Плов из птицы	45	200	230	16,89	19,42	9,86	11,34	34,09	29,20	302,66	348,06
349/2017м	Компот из сухофруктов	15	200	200	0,66	0,66	0,09	0,09	32,03	32,03	132,8	132,8
701/107м	Хлеб пшеничный	6,09	50	50	3,85	3,85	1,20	1,20	26,70	26,70	133,00	133,00
ИТОГО:		77,09	510	580	22,75	26,18	11,33	12,93	100,74	101,13	606,98	678,06
ОБЕД (ОВЗ)												
16/2004л	Нарезка овощная (огурец соленый)	3,00	60	100	0,48	0,8	0,06	0,1	1,68	2,8	9,12	15,2
135/2004л	Суп овощной со сметаной	12,00	200	250	3,08	3,63	5,52	6,88	10,24	12,75	108,24	125,25
294/2017м	Котлеты рубленые из птицы с соусом	22,00	100/30	100/30	13,55	13,55	16,06	16,06	16,26	16,26	263,25	263,25
310/2017м	Картофель отварной с маслом	7,00	150	180	3,03	3,64	5,94	7,128	20,98	25,16	157,5	189
342/2011м	Компот из свежих плодов	5,00	200	200	0,1	0,1	0,2	0,2	27,5	27,5	112,7	112,7
701/2010м	Хлеб пшеничный	5,00	30	30	2,31	2,31	0,72	0,72	16,02	16,02	79,80	79,80
702/2010м	Хлеб ржано-пшеничный	4,00	30	30	1,9	1,9	0,3	0,3	12,3	12,3	59,55	59,55
ИТОГО:		58,00	800	920	24,45	25,93	28,8	31,38 ⁸	104,98	112,79	790,2	844,8
ЗАВТРАК ЗА РОДИТЕЛЬСКУЮ ПЛАТУ												
291/2017м	Плов из птицы	41,00	200		16,89		9,86		34,09		302,66	
52/2017м	Свекла отварная с растительным маслом	7,00	20		0,28		1,2		1,65		18,56	
349/2017м	Компот из сухофруктов	10,00	200		0,66		0,09		32,03		132,8	
701/2010м	Хлеб пшеничный	2,00	20		1,54		0,48		10,68		53,20	
ИТОГО:		60,00	440		19,37		11,63		78,45		507,22	

Старший повар

Ситникова Н. И.