

директор МБОУ СПО № 1 г. Котово

УТВЕРЖДАЮ:

Дронова М. А.

МЕНЮ на 30.11.2022 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												
282/332/2017м	Оладьи из печени с соусом сметанным с луком	36,00	100/20	100/20	10,25	10,25	11,32	11,32	5,93	5,93	190,25	190,25
310/2017м	Картофель отварной	11	150	180	3	3,6	0,6	0,72	23,7	28,44	112,2	134,64
52/2017м	Свекла отварная с растительным маслом	10	60	100	0,84	0,8	3,6	6,01	4,96	8,26	55,68	92,8
701/2017м	Хлеб пшеничный	6,09	30	40	2,31	3,08	0,72	0,96	16,02	21,36	79,80	106,40
378/2017м	Чай с молоком	15	200	200	1,52	1,52	1,35	1,35	15,9	15,9	81	81
ИТОГО:		77,09	560	640	17,916	19,246	17,59	20,36	66,51	79,89	518,93	605,09
ОБЕД (ОВЗ)												
71\2017м	Помидор свежий	3,00	60	100	0,66	1,1	0,1	0,16	2,28	3,8	13,2	22
88\2017 м	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	12,00	200	250	1,84	2,3	5,04	6,3	8,24	10,3	87,2	109
271/331/2017м	Котлеты домашние с соусом	22,00	100/20	100/20	7,81	7,81	12,28	12,28	10,62	10,62	180	180
203\2017м	Макароны отварные с маслом	7,00	150	180	5,73	6,87	6,08	7,3	31,96	38,35	205,5	246,6
349\2017м	Компот из сухофруктов	5,00	200	200	0,6	0,6	0	0	31,4	31,4	124	124
701\2010 м	Хлеб пшеничный	5,00	30	30	2,43	2,43	0,3	0,3	14,64	14,64	72,6	72,6
702\2010 м	Хлеб ржано-пшеничный	4,00	30	40	1,9	2,53	0,34	0,45	13,05	17,4	65,7	87,6
ИТОГО:		58,00	770	920	20,97	23,64	24,14	26,79	112,19	126,51	748,2	841,8
ЗАВТРАК ЗА РОДИТЕЛЬСКУЮ ПЛАТУ												
292\2017 М	Птица тушенная в соусе с овощами	48	200		12,41		13,41		17,6		264	
376/2017м	Чай с сахаром	10	200		0,07		0,02		15		60	
701/2010м	Хлеб пшеничный	2	20		1,54		0,48		10,68		53,20	
ИТОГО:		60	420		14,02		13,91		43,28		377,20	

Старший повар

Ситникова Н. И.