

УТВЕРЖДАЮ:

директор МБОУ СШ № 1 г. Котово \_\_\_\_\_ Дронина М. А.

**МЕНЮ на 14.12.2022 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.

