

УТВЕРЖДАЮ:

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

МЕНЮ на 16.12.2022 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												
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.