

УТВЕРЖДАЮ:

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

## МЕНЮ на 22.12.2022 г.

| №рецепта<br>посборни<br>ку    | Наименованиебл<br>юд                           | Цена  | Выход<br>(г) |            | Пищевыевещества/г/ |       |       |       |        |        | Энергетич.<br>ценность (ккал) |        |
|-------------------------------|------------------------------------------------|-------|--------------|------------|--------------------|-------|-------|-------|--------|--------|-------------------------------|--------|
|                               |                                                |       | 7-<br>11     | 12-<br>18  | Б                  |       | Ж     |       | У      |        | 7-11                          | 12-18  |
|                               |                                                |       |              |            | 7-11               | 12-18 | 7-11  | 12-18 | 7-11   | 12-18  |                               |        |
| ЗАВТРАК                       |                                                |       |              |            |                    |       |       |       |        |        |                               |        |
| 70/71/<br>2017м               | Овощи по сезону<br>(огурец свежий;<br>соленый) | 12,00 | 60           | 100        | 0,48               | 0,8   | 0,06  | 0,1   | 1,14   | 1,9    | 7,2                           | 12     |
| 234/331/<br>2017м             | Котлета рыбная с<br>соусом                     | 30,00 | 100<br>/20   | 100<br>/20 | 6,73               | 6,73  | 8,02  | 8,02  | 5,04   | 5,04   | 115,30                        | 115,30 |
| 305/2017м                     | Рис припущенный                                | 15,00 | 150          | 180        | 3,60               | 10,80 | 9,00  | 12,00 | 35,70  | 47,60  | 199,95                        | 266,60 |
| 701/2010м                     | Хлеб пшеничный                                 | 5,09  | 30           | 40         | 2,31               | 3,08  | 0,72  | 0,96  | 16,02  | 21,36  | 79,80                         | 106,40 |
| 376/2017м                     | Чай с сахаром                                  | 15,00 | 200          | 200        | 0,07               | 0,07  | 0,02  | 0,02  | 15     | 15     | 60                            | 60     |
| ИТОГО:                        |                                                | 77,09 | 560          | 640        | 13,19              | 21,48 | 17,82 | 21,1  | 72,9   | 90,9   | 462,25                        | 560,3  |
| ОБЕД (ОВЗ)                    |                                                |       |              |            |                    |       |       |       |        |        |                               |        |
| 71\2017м                      | Огурец свежий                                  | 6,00  | 60           | 100        | 0,35               | 0,58  | 0,05  | 0,083 | 0,95   | 1,58   | 6                             | 10     |
| 135\2004л                     | Суп овощной со<br>сметаной                     | 12,00 | 200          | 250        | 3,08               | 3,63  | 5,52  | 6,88  | 10,24  | 12,75  | 108,24                        | 125,25 |
| 492\2004л                     | Плов с мясом кур                               | 26,00 | 200          | 230        | 15,2               | 17,48 | 15,8  | 18,17 | 36,2   | 41,63  | 348                           | 400,2  |
| 342\2011м                     | Компот из свежих<br>плодов                     | 10,00 | 200          | 200        | 0,1                | 0,1   | 0,2   | 0,2   | 27,5   | 27,5   | 112,7                         | 112,7  |
| 701\2010м                     | Хлеб пшеничный                                 | 2,00  | 30           | 40         | 2,43               | 3,24  | 0,3   | 0,4   | 14,64  | 19,52  | 72,6                          | 96,8   |
| 702\2010<br>м                 | Хлеб ржано-<br>пшеничный                       | 2,00  | 40           | 40         | 2,53               | 2,53  | 0,45  | 0,45  | 17,4   | 17,4   | 87,6                          | 87,6   |
| ИТОГО:                        |                                                | 58,00 | 730          | 860        | 23,69              | 27,56 | 22,32 | 26,18 | 106,93 | 120,38 | 735,14                        | 832,55 |
| ЗАВТРАК ЗА РОДИТЕЛЬСКУЮ ПЛАТУ |                                                |       |              |            |                    |       |       |       |        |        |                               |        |
| 291/2017м                     | Плов из птицы                                  | 41,00 | 200          |            | 16,89              |       | 9,86  |       | 34,09  |        | 302,66                        |        |
| 52/2017м                      | Свекла отварная<br>срастительным<br>маслом     | 7,00  | 20           |            | 0,28               |       | 1,2   |       | 1,65   |        | 18,56                         |        |
| 701/2010м                     | Хлеб пшеничный                                 | 2,00  | 20           |            | 1,54               |       | 0,48  |       | 10,68  |        | 53,20                         |        |
| 376/2017м                     | Чай с сахаром                                  | 10,00 | 200          |            | 0,07               |       | 0,02  |       | 15     |        | 60                            |        |
| ИТОГО:                        |                                                | 60    | 440          |            | 18,78              |       | 11,56 |       | 61,42  |        | 434,42                        |        |

Старший повар

Ситникова Н. И.