

УТВЕРЖДАЮ:

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

МЕНЮ на 18.01.2023 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													
52/2017м	Свекла отварная с растительным маслом	15	60	100	0,89	1,48	5,41	6,01	7,43	8,26	55,68	92,8	
282/332/2017м	Оладьи из печени с морковью	34	90	100	12,39	13,77	9,20	10,22	12,60	14,00	182,76	203,07	
332/2017м	Соус сметанный с луком	4	20	20	0,32	0,32	1,17	1,17	1,41	1,41	17,5	17,5	
310/2017м	Картофель отварной	11	150	180	3	3,6	0,6	0,72	23,7	28,44	112,2	134,64	
701/2017м	Хлеб пшеничный	5,54	30	40	2,37	3,16	0,30	0,40	14,49	19,32	70,14	96,52	
377\2017м	Чай с сахаром и лимоном	16	200	200	0,13	0,13	0,02	0,02	15,2	15,2	62	62	
ИТОГО:		85,54	560	640	19,1	22,46	16,7	18,54	74,83	86,63	500,28	606,53	
ОБЕД (ОВЗ)													
54-4с\2022н	Рассольник домашний	8	200	250	1,92	2,4	5,14	6,24	13,22	16,52	106,62	133,3	
54-3м\2022н	Голубцы ленивые	20	90	100	9,93	11,03	12,66	14,06	5,76	6,40	176,70	196,33	
203\2017м	Макароны отварные с маслом	15	150	180	5,4	6,48	4,9	5,88	32,8	39,35	196,8	236,16	
376\2017м	Чай с сахаром	10	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60	
701\2010 м	Хлеб пшеничный	3	50	50	3,95	3,95	0,5	0,5	24,15	24,15	116,9	116,9	
702\2010 м	Хлеб ржано-пшеничный	2	50	60	2,8	3,36	0,55	0,66	24,7	29,64	114,95	137,94	
ИТОГО:		58,00 Р	740	840	24,07	27,29	23,77	27,36	115,63	131,06	771,97	880,63	
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.

