

УТВЕРЖДАЮ:

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

## МЕНЮ на 20.01.2023 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		
<b>ЗАВТРАК</b>												
47/2017М	Капуста квашеная с растительным маслом	16	60	100	1,02	1,7	2	3,3	10,07	16,67	62,36	103,93
289\2017М	Рагу из птицы	48	200	250	13,16	16,45	17,04	21,30	17,62	22,00	276,48	345,60
377\2017М	Чай с сахаром и лимоном	15	200	200	0,13	0,13	0,02	0,02	15,2	15,2	62	62
701/107М	Хлеб пшеничный	6,54	50	50	3,95	3,95	0,5	0,5	24,15	24,15	116,9	116,9
<b>ИТОГО:</b>		<b>85,54</b>	<b>510</b>	<b>600</b>	<b>18,26</b>	<b>22,23</b>	<b>19,56</b>	<b>25,12</b>	<b>67,04</b>	<b>78,02</b>	<b>517,74</b>	<b>628,43</b>
<b>ОБЕД (ОВЗ)</b>												
54-7с\2022н	Суп картофельный с макаронными изделиями	8	200	250	5,1	6,45	5,78	7,22	18,5	23,12	146,42	183,02
54-12м\2022н	Плов из птицы	30	200	250	12,54	15,68	19,46	24,32	17,76	22,2	296,34	337
348\2017 м	Компот из смеси сухофруктов и кураги	15	200	200	1,3	1,3	0,08	0,08	33,6	33,6	140,64	140,64
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\2010м	Хлеб ржано-пшеничный	2	50	60	2,8	3,36	0,55	0,66	24,7	29,64	114,95	137,94
<b>ИТОГО:</b>		<b>58,00 Р</b>	<b>700</b>	<b>810</b>	<b>25,69</b>	<b>30,74</b>	<b>26,37</b>	<b>32,78</b>	<b>118,71</b>	<b>132,71</b>	<b>815,3</b>	<b>915,5</b>
<b>ЗАВТРАК ЗА РОДИТЕЛЬСКУЮ ПЛАТУ</b>												
295/332/2017М	Биточки , котлеты куриные с соусом сметанным с луком	31,00	60/20		10,18		11,33		7,07		147,85	
171\2017М	Каша рассыпчатая гречневая с маслом	17,00	120		6,6		7,15		29,88		210	
376/2017М	Чай с сахаром	10,00	200		0,07		0,02		15		60	
701/2010М	Хлеб пшеничный	2,00	20		1,54		0,48		10,68		53,20	
<b>ИТОГО:</b>		<b>60</b>	<b>420</b>		<b>18,390</b>		<b>18,980</b>		<b>62,630</b>		<b>471,050</b>	

Старший повар

Ситникова Н. И.

