

УТВЕРЖДАЮ:

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

МЕНЮ на 24.01.2023 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												
70/71/2017м	Овощи по сезону (огурец свежий; соленый)	16	60	100	0,48	0,8	0,06	0,1	1,02	1,7	6	10
271/2017м	Котлеты домашние	30	90	100	10,85	12,06	11,71	13,10	8,28	9,20	182,70	203,00
331/2017с	Соус сметанный с томатом	3	20	20	0,34	0,34	0,99	0,99	1,40	1,40	16,02	16,02
203/2017м	Макароны отварные с маслом	15	150	180	5,40	6,48	4,90	5,88	32,80	39,36	196,80	236,16
701/2010м	Хлеб пшеничный	5,54	30	40	2,37	3,16	0,30	0,40	14,49	19,32	70,14	96,52
376/2017м	Чай с сахаром	16	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60
ИТОГО:		85,54	550	640	19,51	22,91	17,98	20,49	72,99	85,98	531,66	621,70
ОБЕД (ОВЗ)												
101\2017м	Суп картофельный с крупой (пшено)	8	200	250	2,0	2,4	3,9	4,9	12,5	15,6	93,1	116,4
54-11р/2022н	Рыба тушеная с овощами	23	90	100	11,7	13	14,44	17,26	5,3	5,88	197,96	219,9
171\2017м	Каша рисовая рассыпая с маслом	11	150	180	3,7	4,43	4,8	5,86	36,5	43,8	203,5	244,2
377\2017м	Чай с лимоном	13	200	200	0,13	0,13	0,02	0,02	15,2	15,2	62	62
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	740	840	24,23	27,27	24,18	29,17	118,4	134,3	788,4	897,3
ЗАВТРАК ЗА РОДИТЕЛЬСКУЮ ПЛАТУ												
279/2017	Тефтели с соусом	29,00	60/20		5,7		13,18		9,5		182,45	
171/2017	Каша гречневая с маслом	17,00	120		6,6		7,15		29,88		210	
377/2017	Чай с сахаром и лимоном	12,00	200		0,13		0,02		15,2		62	
701/2010	Хлеб пшеничный	2,00	20		1,54		0,48		10,68		53,20	
ИТОГО:		60,00	450		13,97		20,83		65,26		507,65	

Старший повар

Ситникова Н. И.

