

УТВЕРЖДАЮ:

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

## МЕНЮ на 13.02.2023 г.

| №<br>рецепта<br>по<br>сборнику | Наименование<br>блюд                     | Цена  | Выход<br>(г) |           | Пищевые вещества/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                        |                                          |       |              |           |                     |       |       |       |        |        |                               |        |
| 101/2004л                      | Консервы закусочные<br>(икра кабачковая) | 16    | 100          | 100       | 1,63                | 1,63  | 2,82  | 2,82  | 8,72   | 8,72   | 67                            | 67     |
| 295/332/20<br>17м              | Биточки , котлеты<br>куриные             | 30    | 90           | 100       | 9,16                | 10,18 | 10,2  | 11,33 | 6,36   | 7,07   | 133,06                        | 147,85 |
| 332/2017м                      | Соус сметанный с<br>луком                | 4     | 20           | 20        | 0,32                | 0,32  | 1,17  | 1,17  | 1,41   | 1,41   | 17,5                          | 17,5   |
| 203/2017м                      | Макароны отварные с<br>маслом            | 15    | 150          | 180       | 5,40                | 6,48  | 4,90  | 5,88  | 32,80  | 39,36  | 196,80                        | 236,16 |
| 376/2017м                      | Чай с сахаром                            | 15    | 200          | 200       | 0,07                | 0,07  | 0,02  | 0,02  | 15     | 15     | 60                            | 60     |
| 701/2010м                      | Хлеб пшеничный                           | 5,54  | 30           | 40        | 2,37                | 3,16  | 0,30  | 0,40  | 14,49  | 19,32  | 70,14                         | 96,52  |
| ИТОГО:                         |                                          | 85,54 | 590          | 640       | 18,95               | 21,84 | 19,41 | 21,62 | 78,78  | 90,88  | 544,5                         | 625,03 |
| ОБЕД (ОВЗ)                     |                                          |       |              |           |                     |       |       |       |        |        |                               |        |
| 54-<br>25с\2022н               | Суп картофельный с<br>бобовыми (горох)   | 8     | 200          | 250       | 4,39                | 5,49  | 4,2   | 6,15  | 13,44  | 16,53  | 111,6                         | 136,25 |
| 54-<br>12м/2022н               | Плов из птицы                            | 30    | 200          | 250       | 12,54               | 15,68 | 19,46 | 24,32 | 17,76  | 22,2   | 296,34                        | 337    |
| 349\2017м                      | Компот из<br>сухофруктов                 | 15    | 200          | 200       | 0,66                | 0,66  | 0,09  | 0,09  | 32,14  | 32,14  | 132,8                         | 132,8  |
| 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-<br>пшеничный                 | 2     | 50           | 60        | 2,8                 | 3,36  | 0,55  | 0,66  | 24,7   | 29,64  | 114,95                        | 137,94 |
| ИТОГО:                         |                                          | 58,00 | 700          | 810       | 24,34               | 29,14 | 24,80 | 31,72 | 112,19 | 124,66 | 772,59                        | 860,89 |
| ЗАВТРАК ЗА РОДИТЕЛЬСКУЮ ПЛАТУ  |                                          |       |              |           |                     |       |       |       |        |        |                               |        |
| ТТК                            | Пельмени со<br>сметаной                  | 43    | 180          |           | 15,12               |       | 26,64 |       | 20,70  |        | 383,76                        |        |
| 376/2017м                      | Чай каркаде с<br>сахаром                 | 15    | 200          |           | 0,07                |       | 0,02  |       | 15     |        | 60                            |        |
| 701/2010м                      | Хлеб пшеничный                           | 2     | 20           |           | 1,54                |       | 0,48  |       | 10,68  |        | 53,20                         |        |
| ИТОГО:                         |                                          | 60    | 400          |           | 16,73               |       | 27,14 |       | 46,38  |        | 496,96                        |        |

Старший повар

Ситникова Н. И.

