

УТВЕРЖДАЮ:

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

МЕНЮ на 21.02.2023 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	Капуста квашеная с растительным маслом	16	60	100	1,02	1,7	2	3,3	10,07	16,67	62,36	103,9
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	630	20,05	23,02	19,92	23,59	82,04	96,12	588,02	689,25
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 рассыпчатая 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												
54-11р/2022н	Рыба тушеная с овощами	28	90		11,7		14,44		5,3		197,96	
171\2017м	Каша рисовая рассыпчатая с маслом	13	150		3,7		4,8		36,5		203,5	
377\2017м	Чай с лимоном	14	200		0,13		0,02		15,2		62	
701\2010 м	Хлеб пшеничный	3	50		3,95		0,5		24,15		116,9	
702\2010 м	Хлеб ржано-Пшеничный	2	50		2,8		0,55		24,7		114,95	
ИТОГО:		60,00	540		22,23		20,28		105,9		695,3	

Старший повар

Ситникова Н. И.

