

УТВЕРЖДАЮ:

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

МЕНЮ на 15.03.2023 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	12	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
376\2017м	Чай каркаде	15	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60
ИТОГО:		85,54	560	640	19,04	22,4	16,7	18,54	74,63	86,43	498,28	604,53
ОБЕД (ОВЗ)												
54-\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												
54-3м\2022н	Голубцы ленивые	30	90		9,93		12,66		5,76		176,70	
203\2017м	Макароны отварные с маслом	15	150		5,4		4,9		32,8		196,8	
376\2017м	Чай с сахаром	10	200		0,07		0,02		15		60	
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	540		22,15		18,63		102,41		665,35	

Старший повар

Ситникова Н. И.

