

УТВЕРЖДАЮ:

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

МЕНЮ на 22.03.2023 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												
182/2017м	Каша молочная жидкая из хлопьев овсяных с сахаром и маслом	35,00	200	250	8,20	11,25	8,96	11,20	30,14	37,67	234,00	292,50
338/2017м	Фрукт свежий (яблоко)	16	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	47,00	47,00
П.Т	Печенье сахарное	10	10		2,1		2,7		14,8		91,9	
701/2010м	Хлеб пшеничный	6,54	28	50	2,37	3,95	0,30	0,50	14,49	24,15	70,14	116,90
382/2017м	Кофейный напиток с молоком	18	200	200	4,07	4,07	4,6	4,6	13,72	13,72	112,56	112,56
ИТОГО:		85,54	540,0	600,0	17,1	19,7	17,0	16,7	83,0	85,3	555,6	569,0
ОБЕД (ОВЗ)												
54-1с\2022н	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	8	200/10	250/10	2,84	3,51	5,28	6,27	7,22	8,97	88,16	107,16
271/331/2017м	Котлеты домашние с соусом	16	90/20	100/20	12,15	13,51	12,55	13,94	8,76	9,74	196,59	218,43
203\2017м	Макароны отварные с маслом	20	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	2	40	40	3,16	3,16	0,4	0,4	19,32	19,32	93,52	93,52
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	760	860	26,42	30,09	23,7	27,17	107,8	122,02	750,02	853,21
ЗАВТРАК ЗА РОДИТЕЛЬСКУЮ ПЛАТУ												
271/331/2017м	Котлеты домашние с соусом	6,00	90/20	12,15	12,55	8,76	196,59					
203\2017м	Макароны отварные с маслом	22,00	150	5,4	4,9	32,8	196,8					
376\2017м	Чай с сахаром	15,00	200	0,07	0,02	15	60					
701\2010 м	Хлеб пшеничный	15,00	40	3,16	0,4	19,32	93,52					
702\2010 м	Хлеб ржано-пшеничный	2,00	50	2,8	0,55	24,7	114,95					
ИТОГО:		60,00	560	23,58	18,42	100,6	661,9					

Старший повар

Ситникова Н. И.