

УТВЕРЖДАЮ:

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

МЕНЮ на 23.03.2023 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
234/2017м	Котлета рыбная (минтай)	30	90	100	11,78	13,09	4,68	5,20	6,74	7,48	116,20	129,11
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
171/2017м	Каша рисовая рассыпчатая с маслом	16	150	180	3,70	4,43	4,80	5,76	36,50	43,80	203,50	244,50
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 и лимоном	16	200	200	0,13	0,13	0,02	0,02	15,2	15,2	62	62
ИТОГО:		85,54	560	640	19,21	22,63	16,2	18,38	81,76	95,46	523,54	640,95
ОБЕД (ОВЗ)												
54-17с\2022н	Суп овощной со сметаной	9	200/10	250/10	1,66	2,02	5,31	6,31	8,42	10,42	88,16	106,16
259\2017м	Жаркое по - домашнему	30	200	250	18,1	22,62	18,7	23,4	19,2	24	317,5	396,87
349\2017м	Компот из сухофруктов	15	200	200	0,66	0,66	0,09	0,09	32,14	32,14	132,8	132,8
701\2010м	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	700	810	26,38	31,82	25,05	30,86	103,78	115,52	746,93	867,29
ЗАВТРАК ЗА РОДИТЕЛЬСКУЮ ПЛАТУ												
259\2017м	Жаркое по - домашнему	40	200		18,1		18,7		19,2		317,5	
349\2017м	Компот из сухофруктов	15	200		0,66		0,09		32,14		132,8	
701\2010м	Хлеб пшеничный	3	40		3,16		0,4		19,32		93,52	
702\2010 м	Хлеб ржано-пшеничный	2	50		2,8		0,55		24,7		114,95	
ИТОГО:		60	490		24,72		19,74		95,36		658,77	

Старший повар

Ситникова Н. И.