

УТВЕРЖДАЮ:

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

## МЕНЮ на 05.09.2023 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                   |                                                           |        |                     |        |                     |       |       |       |                            |       |                            |        |
| 47/2017м                  | Капуста квашеная                                          | 20,00  | 60                  | 100    | 1,02                | 1,7   | 3     | 5     | 5,07                       | 8,45  | 52,5                       | 87,5   |
| 77/1//2022/54<br>эсс2022н | Котлета рыбная из п/ф высокой степени готовности с соусом | 40,00  | 100/20              | 100/20 | 12,3                | 12,3  | 8,9   | 8,9   | 6,9                        | 6,9   | 156,9                      | 156,9  |
| 125/2017м                 | Картофель отварной с маслом                               | 19,00  | 150                 | 150    | 3,03                | 3,03  | 5,94  | 5,94  | 20,98                      | 20,98 | 157,50                     | 157,50 |
| 701/2010м                 | Хлеб пшеничный                                            | 5,35   | 30                  | 30     | 2,37                | 3,37  | 0,3   | 0,3   | 14,49                      | 14,49 | 70,14                      | 70,14  |
| 54/2022н                  | Компот из сухофруктов                                     | 16,00  | 200                 | 200    | 0,66                | 0,66  | 0,09  | 0,09  | 32,03                      | 32,03 | 132,8                      | 132,8  |
| ИТОГО:                    |                                                           | 100,35 | 560                 | 600    | 19,38               | 20,06 | 18,23 | 20,23 | 79,47                      | 82,85 | 569,84                     | 604,84 |
| Второй завтрак (ОВЗ)      |                                                           |        |                     |        |                     |       |       |       |                            |       |                            |        |
| № рецепта по сборнику     | Наименование блюд                                         | Выход  | Пищевые вещества/г/ |        |                     |       |       |       | Энергетич. ценность (ккал) |       |                            |        |
|                           |                                                           |        | Б                   |        | Ж                   |       | У     |       |                            |       |                            |        |
| 389/2017м                 | Сок фруктовый                                             | 150    | 0,075               |        | 0                   |       | 15,15 |       | 63,6                       |       |                            |        |
| 398/2017м                 | Блинчики с ягодной начинкой                               | 70     | 2,7                 |        | 3,81                |       | 31,48 |       | 171,01                     |       |                            |        |

| <b>ЗАВТРАК ЗА РОДИТЕЛЬСКУЮ ПЛАТУ</b> |                                     |              |            |              |              |              |               |
|--------------------------------------|-------------------------------------|--------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| 279/3302/2017м                       | Тефтели с соусом                    | 34,00        | 60/20      | 5,7          | 13,18        | 9,5          | 182,45        |
| 171\2017м                            | Каша рассыпчатая гречневая с маслом | 21,00        | 120        | 6,6          | 7,15         | 29,88        | 210           |
| 377\2017м                            | Чай с сахаром и лимоном             | 8,00         | 200        | 0,13         | 0,02         | 15,2         | 62            |
| 701\2010 м                           | Хлеб пшеничный                      | 2,00         | 20         | 1,54         | 0,48         | 10,68        | 53,20         |
| <b>ИТОГО:</b>                        |                                     | <b>65,00</b> | <b>450</b> | <b>13,97</b> | <b>20,83</b> | <b>65,26</b> | <b>507,65</b> |

Старший повар

Ситникова Н. И.