

УТВЕРЖДАЮ:

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

## МЕНЮ на 13.09.2023 г.

| №<br>рецепта<br>по<br>сборнику | Наименование<br>блюد                                     | Цена   | Выход (г)           |       | Пищевые вещества/г/ |           |       |       |                               |       | Энергетич.<br>ценность (ккал) |        |
|--------------------------------|----------------------------------------------------------|--------|---------------------|-------|---------------------|-----------|-------|-------|-------------------------------|-------|-------------------------------|--------|
|                                |                                                          |        | 7-<br>11            | 12-18 | Б                   |           | Ж     |       | У                             |       | 7-11                          | 12-18  |
|                                |                                                          |        |                     |       | 7-<br>11            | 12-<br>18 | 7-11  | 12-18 | 7-11                          | 12-18 |                               |        |
| ЗАВТРАК                        |                                                          |        |                     |       |                     |           |       |       |                               |       |                               |        |
| 70/2017м                       | Овощи по сезону в нарезке (огурец)                       | 25,00  | 60                  | 100   | 0,48                | 0,8       | 0,06  | 0,1   | 1,02                          | 1,7   | 6                             | 10     |
| 77/6//2022/                    | Котлеты мясoкапустные из п.ф. высокой степени готовности | 35,00  | 100                 | 100   | 9,93                | 9,93      | 12,66 | 12,66 | 5,76                          | 5,76  | 176,70                        | 176,70 |
| 171/2017м                      | Каша рисовая рассыпчатая с маслом                        | 20,00  | 150                 | 180   | 3,7                 | 4,43      | 4,8   | 5,86  | 36,5                          | 43,8  | 203,5                         | 244,2  |
| 54-3/2022н                     | Чай с сахаром и лимоном                                  | 15,00  | 200                 | 200   | 0,13                | 0,13      | 0,02  | 0,02  | 15,2                          | 15,2  | 62                            | 62     |
| 701/2010н                      | Хлеб пшеничный                                           | 5,35   | 50                  | 50    | 3,85                | 3,95      | 1,20  | 0,5   | 26,70                         | 24,15 | 133,00                        | 116,90 |
| ИТОГО:                         |                                                          | 100,35 | 560                 | 630   | 18,09               | 19,24     | 18,74 | 19,14 | 85,18                         | 90,61 | 581,20                        | 609,80 |
| Второй завтрак (ОВЗ)           |                                                          |        |                     |       |                     |           |       |       |                               |       |                               |        |
| №<br>рецепта<br>по<br>сборнику | Наименование<br>блюд                                     | Выход  | Пищевые вещества/г/ |       |                     |           |       |       | Энергетич.<br>ценность (ккал) |       |                               |        |
|                                |                                                          |        | Б                   |       | Ж                   |           | У     |       |                               |       |                               |        |
| П.т.                           | Кисломолочный продукт «Ряженка»                          | 150    | 4,50                |       | 3,70                |           | 6,00  |       | 75,75                         |       |                               |        |
| 208/2017м                      | Лапшевник с творогом                                     | 150    | 14,50               |       | 9,04                |           | 41,49 |       | 310,00                        |       |                               |        |

| <b>ЗАВТРАК ЗА РОДИТЕЛЬСКУЮ ПЛАТУ</b> |                                   |              |            |              |              |              |               |
|--------------------------------------|-----------------------------------|--------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| 29/2017м                             | Птица, тушенная в соусе с овощами | 56,00        | 200        | 12,41        | 13,41        | 17,6         | 264           |
| 376\2017м                            | Чай с сахаром                     | 7,00         | 200        | 0,07         | 0,02         | 15           | 60            |
| 701\2010 м                           | Хлеб пшеничный                    | 2,00         | 20         | 1,54         | 0,48         | 10,68        | 53,20         |
| <b>ИТОГО:</b>                        |                                   | <b>65,00</b> | <b>420</b> | <b>14,02</b> | <b>13,91</b> | <b>43,28</b> | <b>377,20</b> |

Старший повар

Ситникова Н. И.