

УТВЕРЖДАЮ:

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

## МЕНЮ на 09.10.2023 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 жидка из хлопьев овсяных с сахаром и маслом | 33,00  | 200                 | 250   | 7,25                | 9,06  | 10,26 | 12,82 | 30,50                      | 38,12 | 233,34                     | 291,67 |
| П.Т.                  | Сдобное изделие сладкое                                   | 25,00  | 45                  | 45    | 7,20                | 7,20  | 8,90  | 8,90  | 15,80                      | 15,80 | 171,80                     | 171,80 |
| 338/2017м             | Фрукт свежий (яблоко)                                     | 22,00  | 100                 | 100   | 0,40                | 0,40  | 0,40  | 0,40  | 9,80                       | 9,80  | 47,00                      | 47,00  |
| 701/2010м             | Хлеб пшеничный                                            | 5,35   | 40                  | 40    | 3,16                | 3,16  | 0,4   | 0,4   | 19,32                      | 19,32 | 93,52                      | 93,52  |
| 54-3/22н              | Чай с сахаром и лимоном                                   | 15,00  | 200                 | 200   | 0,13                | 0,13  | 0,02  | 0,02  | 15,2                       | 15,2  | 62                         | 62     |
| ИТОГО:                |                                                           | 100,35 | 585                 | 635   | 18,01               | 20,0  | 20,0  | 22,5  | 90,6                       | 98,2  | 607,7                      | 666,0  |
| Второй завтрак (ОВЗ)  |                                                           |        |                     |       |                     |       |       |       |                            |       |                            |        |
| № рецепта по сборнику | Наименование блюд                                         | Выход  | Пищевые вещества/г/ |       |                     |       |       |       | Энергетич. ценность (ккал) |       |                            |        |
|                       |                                                           |        | Б                   |       | Ж                   |       | У     |       |                            |       |                            |        |
| н.т.                  | Йогурт                                                    | 100    | 1,50                |       | 0,10                |       | 11,00 |       | 50,00                      |       |                            |        |
| 210/2017м             | Омлет натуральный                                         | 150    | 12,7                |       | 18                  |       | 3,3   |       | 225,5                      |       |                            |        |

| <b>ЗАВТРАК ЗА РОДИТЕЛЬСКУЮ ПЛАТУ</b> |                       |              |            |              |              |              |               |  |  |
|--------------------------------------|-----------------------|--------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|--|--|
| ТТК                                  | Пельмени со сметаной  | 53,00        | 180        | 15,12        | 26,64        | 20,70        | 383,76        |  |  |
| 376/2017м                            | Чай каркаде с сахаром | 10,00        | 200        | 0,07         | 0,02         | 15           | 60            |  |  |
| 701/2010м                            | Хлеб пшеничный        | 2,00         | 20         | 1,54         | 0,48         | 10,68        | 53,20         |  |  |
| <b>ИТОГО:</b>                        |                       | <b>65,00</b> | <b>400</b> | <b>16,73</b> | <b>27,14</b> | <b>46,38</b> | <b>496,96</b> |  |  |

Старший повар

Ситникова Н. И.