

УТВЕРЖДАЮ:

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

## МЕНЮ на 18.10.2023 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               |                                                                      |        |                     |        |                     |       |       |       |                            |       |                            |        |
| 70/71/2017м           | Овощи в нарезке по сезону (огурец)                                   | 22,00  | 60                  | 100    | 0,67                | 1,12  | 0,12  | 0,2   | 2,16                       | 3,6   | 13,2                       | 22     |
| 77-2/2022             | Биточки, котлеты куриные из п.ф. высокой степени готовности с соусом | 45,00  | 100/20              | 100/20 | 10,18               | 10,18 | 11,33 | 11,33 | 7,07                       | 7,07  | 147,85                     | 147,85 |
| 203/2017м             | Макароны отварные с маслом                                           | 15,00  | 150                 | 150    | 5,40                | 5,40  | 4,90  | 4,90  | 32,80                      | 32,80 | 196,80                     | 196,80 |
| 54/2022н              | Чай с сахаром и лимоном                                              | 15,00  | 200                 | 200    | 0,13                | 0,13  | 0,02  | 0,02  | 15,2                       | 15,2  | 62                         | 62     |
| 701/2010м             | Хлеб пшеничный                                                       | 3,35   | 30                  | 50     | 2,37                | 3,95  | 0,3   | 0,5   | 14,49                      | 24,15 | 70,14                      | 116,90 |
| ИТОГО:                |                                                                      | 100,35 | 560                 | 620    | 18,75               | 20,78 | 16,67 | 16,95 | 71,72                      | 82,82 | 489,99                     | 545,55 |
| Второй завтрак (ОВЗ)  |                                                                      |        |                     |        |                     |       |       |       |                            |       |                            |        |
| № рецепта по сборнику | Наименование блюд                                                    | Выход  | Пищевые вещества/г/ |        |                     |       |       |       | Энергетич. ценность (ккал) |       |                            |        |
|                       |                                                                      |        | Б                   |        | Ж                   |       | У     |       |                            |       |                            |        |
| п.т                   | Ряженка                                                              | 150    | 4,50                |        | 3,70                |       | 6,00  |       | 75,75                      |       |                            |        |
| 208/2017м             | Лапшевник с творогом                                                 | 150    | 13,00               |        | 9,00                |       | 30,13 |       | 258,00                     |       |                            |        |

| <b>ЗАВТРАК ЗА РОДИТЕЛЬСКУЮ ПЛАТУ</b> |                                               |              |            |              |              |              |               |
|--------------------------------------|-----------------------------------------------|--------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| 70/71/2017м                          | Овощи по сезону (огурец)                      | 6,00         | 20         | 0,16         | 0,02         | 0,38         | 2,4           |
| 454/2004л                            | Котлеты мясософюфельные по Хлыновски с соусом | 30,00        | 60/20      | 8,19         | 5,76         | 8,25         | 144,72        |
| 203/2017м                            | Макароны отварные с маслом                    | 17,00        | 150        | 5,73         | 6,07         | 31,98        | 205,50        |
| 701/2010 м                           | Чай каркаде с сахаром                         | 10,00        | 200        | 0,07         | 0,02         | 15           | 60            |
| 376/2017м                            | Хлеб пшеничный                                | 2,00         | 20         | 1,54         | 0,48         | 10,68        | 53,70         |
| <b>ИТОГО:</b>                        |                                               | <b>65,00</b> | <b>470</b> | <b>15,53</b> | <b>12,33</b> | <b>65,91</b> | <b>463,42</b> |

Старший повар

Ситникова Н. И.