

УТВЕРЖДАЮ:

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

МЕНЮ на 19.10.2023 г.

№ рецепта по сборнику	Наименование блюد	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												
188/2017м	Запеканка рисовая с творогом и молоком сгущенным	60,00	200	250	14,70	18,37	15,40	19,25	43,77	54,71	372,48	465,60
3382017м	Фрукт свежий (яблоко)	22,00	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	47,00	47,00
54-3/2022н	Чай с сахаром	15,00	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60
701/2010м	Хлеб пшеничный	3,35	30	30	2,37	2,37	0,3	0,3	14,49	14,49	70,14	70,14
ИТОГО:		100,35	530	580	17,54	21,21	16,12	19,97	83,06	94,00	549,62	642,74
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			
Н.т	Вареники с картофелем со сметаной	150	6,3		2,9		44,1		227,7			

ЗАВТРАК ЗА РОДИТЕЛЬСКУЮ ПЛАТУ							
291/2017м	Плов из птицы		200	16,89	9,86	34,09	302,66
		46,00					
52\2017м	Свекла отварная с растительным маслом	10,00	20	0,28	1,2	0,65	18,56
701\2010 м	Хлеб пшеничный	2,00	20	1,54	0,48	10,68	53,20
376/2017м	Чай с сахаром	7,00	200	0,07	0,02	15	60
ИТОГО:		65,00	440	18,78	11,56	61,42	434,42

Старший повар

Ситникова Н. И.