

УТВЕРЖДАЮ:

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

МЕНЮ на 13.11.2023 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 жидкая 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			

ЗАВТРАК ЗА РОДИТЕЛЬСКУЮ ПЛАТУ									
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		
ИТОГО:		65,00	400	16,73	27,14	46,38	496,96		

Старший повар

Ситникова Н. И.