

УТВЕРЖДАЮ:

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

МЕНЮ на 12.12.2023 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												
70/2017м	Овощи по сезону в нарезке (помидор)	24,00	60	100	0,66	1,12	0,12	0,2	2,16	3,6	13,2	22
77/3//2022/	Котлеты домашние из п.ф. высокой степени готовности	40,00	100/20	100/20	8,32	8,32	13,15	13,15	7,17	7,17	180,62	180,62
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
54-3/2022н	Компот из сухофруктов	16,00	200	200	0,66	0,66	0,09	0,09	32,03	32,03	132,8	132,8
701/2010н	Хлеб пшеничный	5,35	30	30	2,37	2,37	0,3	0,3	14,49	14,49	70,14	70,14
ИТОГО:		100,35	560	600	17,41	17,87	18,56	18,64	88,65	90,09	593,56	602,36
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			
398/2017м	Блинчики с ягодной начинкой	70	2,7		3,81		31,48		171,01			

ЗАВТРАК ЗА РОДИТЕЛЬСКУЮ ПЛАТУ									
№ рецепта по сборнику	Наименование блюд	Цена	Выход (г)	Б		Ж		У	Энергетич. ценность (ккал)
252/2017м	Сосиски вареные с соусом	32,00	50/20	4,51		9,62		2,05	113,75
377/2017м	Чай с сахаром и лимоном	8,00	200	0,13		0,02		15,2	62
701/2010 м	Хлеб пшеничный	2,00	20	1,54		0,48		10,68	53,20
203/2017м	Макароны отварные с маслом	17,00	150	5,73		6,07		31,98	205,50
101/2004л	Икра кабачковая	6,00	20	0,27		0,26		1,7	17,33
ИТОГО:		65,00	460	12,2		16,5		61,6	451,8

Старший повар

Ситникова Н. И.