

УТВЕРЖДАЮ:

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

МЕНЮ на 22.01.2024 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	32,00	200	250	7,25	9,06	10,26	12,82	30,50	38,12	233,34	291,67
П.Т.	Сдобное изделие сладкое	27,00	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	4,46	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:		100,46	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

Обед

Консервы закусочные (зеленый горошек)	60	1,7	0,1	3,5	22,1	131/2017м	17,00
Борщ с капустой и картофелем	200	1,44	3,94	8,75	83,00	54-28с/2022н	15,00
Котлеты куриные с соусом сметанным с томатом	120	11,20	13,90	4,22	186,78	77-2/2022/331/2017м	35,00
Каша рассыпчатая, пшеничная с маслом	150	6,41	7,50	37,55	243,34	171/2017м	15,00
Кисель из повидла	200	0,10	0,00	29,07	116,69	360/2017м	12,00
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	3,46
Хлеб ржано-пшеничный йодированный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	702/2010м	3,00
Итого за Обед	800	25,69	26,17	117,23	814,40		100,46

ЗАВТРАК ЗА РОДИТЕЛЬСКУЮ ПЛАТУ

ГТК	Пельмени сосметаной	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.