

УТВЕРЖДАЮ:

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

МЕНЮ на 26.01.2024 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 | | | | | | | | | | | | |
| 67/2017м | Винегрет овощной | 25,00 | 60 | 100 | 0,78 | 1,30 | 2,70 | 4,50 | 4,62 | 7,70 | 45,60 | 76,00 |
| 77/2022 | Котлеты печеночные с маслом | 36 | 100/5 | 100/5 | 12,83 | 12,83 | 12,97 | 12,97 | 10,27 | 10,27 | 209,13 | 209,13 |
| 125/2017м | Картофель отварной с маслом | 19 | 150 | 150 | 3,03 | 3,03 | 5,94 | 5,94 | 20,98 | 20,98 | 157,50 | 157,50 |
| 701/2010м | Хлеб пшеничный | 5,35 | 50 | 50 | 3,95 | 3,95 | 0,5 | 0,5 | 24,15 | 24,15 | 116,90 | 116,90 |
| 54-3гн/2022н | Чай с сахаром и лимоном | 15 | 200 | 200 | 0,13 | 0,13 | 0,02 | 0,02 | 15,2 | 15,2 | 62 | 62 |
| ИТОГО: | | 100,35 | 565,0 | 605,0 | 20,72 | 21,24 | 22,13 | 23,93 | 75,22 | 78,30 | 591,13 | 621,53 |

Второй завтрак (ОВЗ)

| № рецепта по сборнику | Наименование блюд | Выход | Пищевые вещества/г/ | | | | | | Энергетич. ценность (ккал) | |
|-----------------------|-------------------------------------|-------|---------------------|--|------|--|-------|--|----------------------------|--|
| | | | Б | | Ж | | У | | | |
| п.т | Молоко | 150 | 4,40 | | 3,80 | | 7,20 | | 81,00 | |
| 403/2017м | Оладьи с яблоками сгущенным молоком | 135 | 9,55 | | 9,71 | | 54,58 | | 343,91 | |

Обед

| | | | | | | | |
|-----------------------------------------|------------|--------------|--------------|---------------|---------------|--------------|--------|
| Винегрет овощной | 60 | 0,78 | 2,70 | 4,62 | 45,60 | 67/2017м | 17 |
| Суп гороховый | 200 | 3,39 | 3,60 | 10,84 | 89,32 | 54-25с/2022н | 15 |
| Котлеты печеночные из п.фс маслом 100/5 | 105 | 12,83 | 12,97 | 10,27 | 209,13 | 77-4/2022 | 35 |
| Картофель отварной с маслом | 150 | 3,03 | 5,94 | 20,98 | 157,50 | 125/2017м | 15 |
| Компот из яблок свежих | 200 | 0,16 | 0,16 | 27,88 | 114,60 | 342/2017 | 12 |
| 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 |
| Итого за Обед | 785 | 25,03 | 26,10 | 108,73 | 778,64 | | 100,46 |

ЗАВТРАК ЗА РОДИТЕЛЬСКУЮ ПЛАТУ

| | | | | | | | |
|---------------|---------------------------------------|--------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| 291/2017м | Плов из птицы | 46,00 | 200 | 16,89 | 9,86 | 34,09 | 302,66 |
| 52/2017м | Свекла отварная с растительным маслом | 10,00 | 20 | 0,28 | 1,2 | 1,65 | 18,56 |
| 701/2010 м | Хлеб пшеничный | 2,00 | 20 | 1,54 | 0,48 | 10,68 | 53,20 |
| 349/2017м | Компот из сухофруктов | 7,00 | 200 | 0,66 | 0,09 | 32,03 | 32,8 |
| ИТОГО: | | 65,00 | 440 | 19,37 | 11,63 | 78,45 | 507,22 |

Старший повар

Ситникова Н. И.