

УТВЕРЖДАЮ:

директор МБОУ СШ №1 г. Котово \_\_\_\_\_ Дронина М. А.

## МЕНЮ на 06.03.2024 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               |                                     |        |                     |       |                     |       |       |       |                            |       |                            |        |
| 70/2017м              | Овощи по сезону в нарезке (огурец)  | 21,00  | 60                  | 100   | 0,48                | 0,8   | 0,06  | 0,1   | 1,02                       | 1,7   | 6                          | 10     |
| 77/6//2022/           | Котлеты мясoкапустные из п.ф.       | 45,00  | 100                 | 100   | 9,93                | 9,93  | 12,66 | 12,66 | 5,76                       | 5,76  | 176,70                     | 176,70 |
| 171/2017м             | Каша гречневая рассыпчатая с маслом | 15,00  | 150                 | 180   | 3,7                 | 4,43  | 4,8   | 5,86  | 36,5                       | 43,8  | 203,5                      | 244,2  |
| 54-3/2022н            | Чай с сахаром и лимоном             | 16,00  | 200                 | 200   | 0,13                | 0,13  | 0,02  | 0,02  | 15,2                       | 15,2  | 62                         | 62     |
| 701/2010н             | Хлеб пшеничный                      | 3,46   | 50                  | 50    | 3,85                | 3,95  | 1,20  | 0,5   | 26,70                      | 24,15 | 133,00                     | 116,90 |
| ИТОГО:                |                                     | 100,35 | 560                 | 630   | 18,09               | 19,24 | 18,74 | 19,14 | 85,18                      | 90,61 | 581,20                     | 609,80 |
| Второй завтрак (ОВЗ)  |                                     |        |                     |       |                     |       |       |       |                            |       |                            |        |
| № рецепта по сборнику | Наименование блюд                   | Выход  | Пищевые вещества/г/ |       |                     |       |       |       | Энергетич. ценность (ккал) |       |                            |        |
|                       |                                     |        | Б                   |       | Ж                   |       | У     |       |                            |       |                            |        |
| П.т.                  | Кисломолочный продукт «Ряженка»     | 150    | 4,50                |       | 3,70                |       | 6,00  |       | 75,75                      |       |                            |        |
| 208/2017м             | Лапшевник с творогом                | 150    | 14,50               |       | 9,04                |       | 41,49 |       | 310,00                     |       |                            |        |

**Обед**

|                                   |            |              |              |               |               |               |               |
|-----------------------------------|------------|--------------|--------------|---------------|---------------|---------------|---------------|
| Консервы закусочные (кукуруза)    | 60         | 1,20         | 0,20         | 6,10          | 31,30         | 133/2017м     | 17            |
| Суп крестьянский с крупой         | 200        | 5,12         | 5,78         | 10,86         | 115,58        | 54-10с/2022н  | 15            |
| Котлеты мясикапустные из п.ф      | 100        | 9,93         | 12,66        | 5,76          | 176,70        | 77-6/2022     | 35            |
| Каша рассыпчатая, гречневая       | 150        | 8,30         | 6,30         | 36,00         | 233,70        | 171/2017м     | 15            |
| Напиток из шиповника              | 200        | 0,60         | 0,20         | 15,20         | 65,30         | 53-13хн/2022н | 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             |
| <b>Итого за Обед</b>              | <b>780</b> | <b>29,99</b> | <b>25,87</b> | <b>108,06</b> | <b>785,07</b> |               | <b>100,46</b> |

**ЗАВТРАК ЗА РОДИТЕЛЬСКУЮ ПЛАТУ**

|               |                                   |              |            |              |              |              |               |
|---------------|-----------------------------------|--------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| 29/2017м      | Птица, тушенная в соусе с овощами | 56,00        | 200        | 12,41        | 13,41        | 17,6         | 264           |
| 376\2017м     | Чай с сахаром                     | 7,00         | 200        | 0,07         | 0,02         | 15           | 60            |
| 701/2010 м    | Хлеб пшеничный                    | 2,00         | 20         | 1,54         | 0,48         | 10,68        | 53,20         |
| <b>ИТОГО:</b> |                                   | <b>65,00</b> | <b>420</b> | <b>14,02</b> | <b>13,91</b> | <b>43,28</b> | <b>377,20</b> |

Старший повар

Ситникова Н. И.