

УТВЕРЖДАЮ:

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

## МЕНЮ на 11.03.2024 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         |                            |               |
| <b>ЗАВТРАК</b>        |                                                 |               |            |            |                     |              |              |              |              |               |                            |               |
| 181/2017м             | Каша молочная жидкая манная, с маслом и сахаром | 33,00         | 200        | 250        | 7,55                | 9,44         | 9,74         | 12,17        | 32,50        | 40,62         | 247,80                     | 309,24        |
| 399/2017м             | Блинчики с молоком сгущенным                    | 27,00         | 70         | 70         | 5,08                | 5,08         | 4,78         | 4,78         | 19,29        | 19,29         | 140,50                     | 140,50        |
| 382/2017м             | Какао с молоком                                 | 15,00         | 200        | 200        | 4,08                | 4,08         | 3,54         | 3,54         | 17,58        | 17,58         | 118,6                      | 118,60        |
| 338/2017м             | Фрукт свежий (яблоко)                           | 22,00         | 100        | 100        | 0,40                | 0,4          | 0,40         | 0,4          | 9,80         | 9,8           | 47,00                      | 47            |
| 701/2010м             | Хлеб пшеничный                                  | 3,46          | 30         | 30         | 2,37                | 2,37         | 0,3          | 0,3          | 14,49        | 14,49         | 70,14                      | 70,14         |
| <b>ИТОГО:</b>         |                                                 | <b>100,46</b> | <b>600</b> | <b>650</b> | <b>19,48</b>        | <b>21,37</b> | <b>18,76</b> | <b>21,19</b> | <b>93,66</b> | <b>101,78</b> | <b>624,04</b>              | <b>685,48</b> |

## Второй завтрак (ОВЗ)

| № рецепта по сборнику | Наименование блюд | Выход | Пищевые вещества/г/ |  |      |  |       |  | Энергетич. ценность (ккал) |  |
|-----------------------|-------------------|-------|---------------------|--|------|--|-------|--|----------------------------|--|
|                       |                   |       | Б                   |  | Ж    |  | У     |  |                            |  |
| п.т                   | Йогурт            | 100   | 1,50                |  | 0,10 |  | 11,00 |  | 50,00                      |  |
| 210/2017м             | Омлет натуральный | 150   | 12,7                |  | 18   |  | 3,3   |  | 275,5                      |  |

## Обед

|                                          |            |              |              |               |               |                      |               |
|------------------------------------------|------------|--------------|--------------|---------------|---------------|----------------------|---------------|
| Овощи по сезону нарезке (огурец соленый) | 60         | 0,48         | 0,06         | 1,02          | 6             | 70/2017м             | 17,00         |
| Борщ с капустой и картофелем             | 200        | 1,44         | 3,94         | 8,75          | 83,00         | 54-28с/2022н         | 15,00         |
| Биточки мясные из п.ф.с соусом 100/20    | 120        | 10,18        | 11,33        | 7,07          | 147,85        | 77-2/2022 /332/2017м | 35,00         |
| Каша рассыпчатая, гречневая              | 150        | 8,30         | 6,30         | 36,00         | 233,70        | 171/2017м            | 15,00         |
| Компот из яблок свежих                   | 200        | 0,16         | 0,16         | 27,88         | 114,60        | 342/2017             | 12,00         |
| Хлеб пшеничный                           | 40         | 3,16         | 0,4          | 19,32         | 93,52         | 701/2010м            | 3,46          |
| Хлеб ржано-пшеничный                     | 30         | 1,68         | 0,33         | 14,82         | 68,97         | 702/2010м            | 3,00          |
| <b>Итого за Обед</b>                     | <b>800</b> | <b>25,40</b> | <b>22,52</b> | <b>114,86</b> | <b>747,64</b> |                      | <b>100,46</b> |

## ЗАВТРАК ЗА РОДИТЕЛЬСКУЮ ПЛАТУ

|               |                                  |              |            |            |             |             |              |
|---------------|----------------------------------|--------------|------------|------------|-------------|-------------|--------------|
| 252/330/2017м | Сосиски вареные с соусом         | 32,00        | 50/20      | 4,51       | 9,62        | 2,05        | 113,75       |
| 310\2017м     | Картофель отварной               | 17,00        | 150        | 3,00       | 0,60        | 23,70       | 112,20       |
| 101\2004л     | Икра кабачковая консервированная | 6,00         | 20         | 0,27       | 0,26        | 1,7         | 17,33        |
| 701\2010 м    | Хлеб пшеничный                   | 2,00         | 20         | 1,54       | 0,48        | 10,68       | 53,20        |
| 377\2017м     | Чай с сахаром и лимоном          | 8,00         | 200        | 0,13       | 0,02        | 15,2        | 62           |
| <b>ИТОГО:</b> |                                  | <b>65,00</b> | <b>460</b> | <b>9,5</b> | <b>11,0</b> | <b>53,3</b> | <b>358,5</b> |

Старший повар

Ситникова Н.И.