

УТВЕРЖДАЮ:

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

## МЕНЮ на 14.03.2024 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               |                                                  |        |                     |       |                     |       |       |       |                            |       |                            |        |
| 188/2017м             | Запеканка рисовая с творогом и молоком сгущенным | 60,00  | 200                 | 250   | 14,70               | 18,37 | 15,40 | 19,25 | 43,77                      | 54,71 | 372,48                     | 465,60 |
| 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  |
| 54-3/2022н            | Чай с сахаром                                    | 15,00  | 200                 | 200   | 0,07                | 0,07  | 0,02  | 0,02  | 15                         | 15    | 60                         | 60     |
| 701/2010м             | Хлеб пшеничный                                   | 3,46   | 30                  | 30    | 2,37                | 2,37  | 0,3   | 0,3   | 14,49                      | 14,49 | 70,14                      | 70,14  |
| ИТОГО:                |                                                  | 100,46 | 530                 | 580   | 17,54               | 21,21 | 16,12 | 19,97 | 83,06                      | 94,00 | 549,62                     | 642,74 |
| 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                       |       |                            |        |
| Н.г                   | Вареники с картофелем со сметаной                | 150    | 6,3                 |       | 2,9                 |       | 44,1  |       | 227,7                      |       |                            |        |

**Обед**

|                                                     |     |       |       |       |        |                        |       |
|-----------------------------------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|------------------------|-------|
| Свекла отварная с маслом растительным               | 60  | 0,88  | 3,60  | 4,96  | 55,68  | 54/2017м               | 17,00 |
| Щи из свежей капусты с картофелем                   | 200 | 2,60  | 3,96  | 6,90  | 74,00  | 54-1с/2022н            | 15,00 |
| Тефтели с рисом из п.ф с соусом сметанным с томатом | 100 | 10,00 | 13,30 | 2,30  | 169,00 | 77-5/2022<br>331/2017м | 35,00 |
| Каша рассыпчатая, ячневая                           | 150 | 4,33  | 4,13  | 29,77 | 173,57 | 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  |

**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          | 0,65         | 18,56         |
| 701/2010м     | Хлеб пшеничный                        | 2,00         | 20         | 1,54         | 0,48         | 10,68        | 53,20         |
| 376/2017м     | Чай с сахаром                         | 7,00         | 200        | 0,07         | 0,02         | 15           | 60            |
| <b>ИТОГО:</b> |                                       | <b>65,00</b> | <b>440</b> | <b>18,78</b> | <b>11,56</b> | <b>61,42</b> | <b>434,42</b> |

Старший повар

Ситникова Н. И.