

УТВЕРЖДАЮ:

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

МЕНЮ на 11.10.2024 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	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.г	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	56,00	200	16,89	9,86	34,09	302,66
52/2017м	Свекла отварная с растительным маслом	10,00	20	0,28	1,21	1,65	18,56
701/2010м	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:		75,00	440	19,37	11,63	78,45	507,22

Старший повар

Ситникова Н. И.