

## УТВЕРЖДАЮ:

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

### МЕНЮ на 21.10.2024 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		
<b>ЗАВТРАК</b>												
182/2017м	Каша молочная жидкая из хлопьев овсяных с сахаром и маслом	32,00	200	250	7,25	9,06	10,26	12,82	30,50	38,12	233,34	291,67
П.Т.	Сдобное изделие сладкое	27,00	45	45	7,20	7,20	8,90	8,90	15,80	15,80	171,80	171,80
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
701/2010м	Хлеб пшеничный	4,46	40	40	3,16	3,16	0,4	0,4	19,32	19,32	93,52	93,52
54-3/22н	Чай с сахаром и лимоном	15,00	200	200	0,13	0,13	0,02	0,02	15,2	15,2	62	62
<b>ИТОГО:</b>		<b>100,46</b>	<b>585</b>	<b>635</b>	<b>18,01</b>	<b>20,0</b>	<b>20,0</b>	<b>22,5</b>	<b>90,6</b>	<b>98,2</b>	<b>607,7</b>	<b>666,0</b>
<b>Второй завтрак (ОВЗ)</b>												
№ рецепта по сборнику	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества/г/						Энергетич. ценность(ккал)			
			Б		Ж		У					
н.т.	Йогурт	100	1,50		0,10		11,00		50,00			
210/2017м	Омлет натуральный	150	12,7		18		3,3		225,5			

### Обед

Консервы закусочные (зеленый горошек)	0,1	3,5	22,1	131/2017м	17,00
Борщ с капустой и картофелем	3,94	8,75	83,00	54-28с/2022н	15,00
Котлеты куриные с соусом сметанным с томатом	13,90	4,22	186,78	77-2/2022/331/2017м	35,00
Каша рассыпчатая, пшеничная с маслом	7,50	37,55	243,34	171/2017м	15,00
Кисель из повидла	0,00	29,07	116,69	360/2017м	12,00
Хлеб пшеничный йодированный	0,4	19,32	93,52	701/2010м	3,46
Хлеб ржано-пшеничный йодированный	0,33	14,82	68,97	702/2010м	3,00
<b>Итого за Обед</b>	<b>26,17</b>	<b>117,23</b>	<b>814,40</b>		<b>100,46</b>

ТТК	Пельмени сосметаной	180	15,12	26,64	20,70	383,76
376\2017м	Чай каркаде с сахаром	200	0,07	0,02	15	60
701\2010м	Хлеб пшеничный	20	1,54	0,48	10,68	53,20
<b>ИТОГО:</b>		<b>400</b>	<b>16,73</b>	<b>27,14</b>	<b>46,38</b>	<b>496,96</b>

Старший повар \_\_\_\_\_

Ситникова Н.И.