

УТВЕРЖДАЮ:

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

МЕНЮ на 23.10.2024 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 | | | | | | | | | | | | |
| 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 мясикапустные 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 | | | |

| | | | | | | |
|-----------------------------------|--------------|--------------|---------------|---------------|---------------|--------|
| Консервы закусочные (кукуруза) | 1,20 | 0,20 | 6,10 | 31,30 | 133/2017м | 17 |
| Суп крестьянский с крупой | 5,12 | 5,78 | 10,86 | 115,58 | 54-10с/2022н | 15 |
| Котлеты мясикапустные из п.ф | 9,93 | 12,66 | 5,76 | 176,70 | 77-6/2022 | 35 |
| Каша рассыпчатая, гречневая | 8,30 | 6,30 | 36,00 | 233,70 | 171/2017м | 15 |
| Напиток из шиповника | 0,60 | 0,20 | 15,20 | 65,30 | 53-13хн/2022н | 12 |
| Хлеб пшеничный йодированный | 3,16 | 0,4 | 19,32 | 93,52 | 701/2010м | 3,46 |
| Хлеб ржано-пшеничный йодированный | 1,68 | 0,33 | 14,82 | 68,97 | 702/2010м | 3 |
| Итого за Обед | 29,99 | 25,87 | 108,06 | 785,07 | | 100,46 |

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

Старший повар

Ситникова Н. И.