

УТВЕРЖДАЮ:

директор МБОУ СШ №1 г. Котово _____ Дронова М. А.

МЕНЮ на 31.01.2025 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												
52/2017м	Свекла отварная с растительным маслом	19,00	60	100	0,84	1,4	3,6	6	4,96	8,27	55,68	92,8
991/2017м	Плов с мясом свинины	60,00	200	200	13,54	13,54	12,46	12,46	25,20	25,20	269,60	287,20
701/2010м	Хлеб пшеничный	5,2	50	50	3,95	3,95	0,5	0,5	24,15	24,15	116,90	116,90
389/2017м	Напиток из шиповника	20,00	200	200	0,45	0,45	0,18	0,18	13,68	13,68	58,77	58,77
ИТОГО:		104,2	510	550	18,78	19,34	16,74	19,14	67,99	71,30	500,95	538,07
Второй завтрак (ОВЗ)												
№ рецепта по сборнику	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества/г/						Эне ргетич. Ценнос ть (ккал)	Цена		
			Б		Ж		У					
П.т.	Молоко	150	4,40		3,80		7,20		81,00	23		
403/2017м	Оладьи с яблоком и сгущенным молоком	135	9,55		9,71		54,58		343,91	35		

Обед

Свекла отварная с маслом растительным	60	0,84	3,60	4,96	55,68	52/2017м	20,00
Рассольник ленинградский	200	1,92	5,80	13,22	106,62	54-3с/2022н	15,00
Плов из мяса (свинина)	200	13,54	14,70	25,20	287,26	265/2017м	51,00
Компот из яблок свежих	200	0,16	0,16	27,88	114,60	342/2017	12,00
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	3,2
Хлеб ржано-пшеничный йодированный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	702/2010м	3,00
Итого за Обед	730	21,30	24,99	105,40	726,65		104,2
ЗАВТРАК ЗАРОДИТЕЛЬСКУЮ ПЛАТУ							
52/2017м	свекла отварная с растительным маслом	13,00	90	13,095	15,11	2,6	198,9
291/2017м	плов из птицы	50,00	120	2,45	3,84	16,35	109,8
		10,00	200	0,13	0,02	15,2	62
378/2017м	чай с молоком						
701/2010м	хлеб пшеничный	2,00	20	1,54	0,48	10,68	53,20
ИТОГО:		75,00	430	17,22	19,45	44,83	423,90

Старший повар

Ситникова Н.И.