

«Согласовано»

Директор МОУ

Кузьмина-Шевцова С.И.
Султанов

«Утверждаю»

ИП Чекунов О.А.

/О.А. Чекунов/

МЕНЮ на «21» 09 2023 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	Энер.цен ность, ккал
Завтрак (ОВЗ) (возрастная категория 7-11 лет)						
1	Каша молочная манная жидкая	150	4,1	5,4	25,2	182
2	Фрукты свежие (яблоко)	150	0,6	0,6	14,3	68
3	Чай с сахаром	200/15	0,1	0	15,0	59
4	Хлеб пшеничный	40	4,8	1,2	20,5	105
	Итого:	555	9,6	7,2	77,3	415
2-ой завтрак						
1	Яблоки печеные	100	0,4	0,4	24,9	108
2	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,3	0,0	15,2	60
	Итого:	322	0,7	0,4	40,1	168
	Стоимость рациона:					
Завтрак (ОВЗ) (возрастная категория 12 лет и старше)						
1	Каша молочная манная жидкая	200	5,5	6,8	33,6	242
2	Фрукты свежие (яблоко)	150	0,6	0,6	14,3	68
3	Чай с сахаром	200/15	0,1	0	15,0	59
4	Хлеб пшеничный	40	4,8	1,2	20,5	105
	Итого:	605	11,0	8,6	85,7	475
2-ой завтрак						
1	Яблоки печеные	100	0,4	0,4	24,9	108
2	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,3	0,0	15,2	60
	Итого:	322	0,7	0,4	40,1	168
	Стоимость рациона:					

Зав. производством _____

Экономист по ценам _____

«Согласовано»

Директор МОУ

«Утверждаю»

ИП Чекунов О.А.

/О.А. Чекунов/

МЕНЮ на «21» 09 2023 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	Энер.цен ность, ккал
Обед (возрастная категория 7-11 лет)						
1	Помидор свежий	60	0,5	0,1	1,0	8
2	Суп картофельный с горохом	200	4,6	4,4	15,2	118
3	Фрикадельки рыбные	90	12,0	12,8	9,8	126
4	Соус томатный	30	1,1	2,5	2,5	52
5	Картофель отварной или пюре картофельное	150	4,0	4,0	39,4	211
6	Компот из свежих яблок	200	0,2	0,2	19,5	92
7	Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	92
8	Хлеб пеклеванный	40	2,5	0,4	16,5	79
	Итого:	780	27,9	24,6	123,4	777
Полдник						
1	Яблоки печеные	100	0,4	0,4	24,9	108
2	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,3	0,0	15,2	60
	Итого:	322	0,7	0,4	40,1	168
	Стоимость рациона:					
Обед (возрастная категория 12 лет и старше)						
1	Помидор свежий	100	0,8	0,2	1,7	13
2	Суп картофельный с горохом	250	5,8	5,5	15,2	147
3	Фрикадельки рыбные	100	13,3	14,2	10,9	140
4	Соус томатный	30	1,1	2,5	2,5	52
5	Картофель отварной или пюре картофельное	180	4,7	4,7	47,3	237
6	Компот из свежих яблок	200	0,2	0,2	19,5	92
7	Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	115
8	Хлеб пеклеванный	40	2,5	0,4	16,5	79
	Итого:	950	32,1	28,0	137,9	875
Полдник						
1	Яблоки печеные	150	0,6	0,6	37,4	161
2	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,3	0,0	15,2	60
	Итого:	372	0,9	0,6	52,6	221
	Стоимость рациона:					

Зав. производством

Экономист по ценам