

«Согласовано»
Директор МОУ _____
_____ /Кузнецова С.И./
_____ /Кузнецова С.И./

«Утверждаю»
ИП Чекунов О.А.
_____ /О.А. Чекунов/

МЕНЮ на «22» 11 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	Помидоры свежие	60	0,5	0,1	0,1	8
2	Фрикадельки рыбные	90	12,3	12,8	9,8	126
3	Соус томатный	30	11	2,2	2,2	52
4	Пюре картофельное	150	3,9	8,9	39,8	233
5	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,3	0,0	15,2	60
6	Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	92
	Итого:	592	21,1	24,5	86,5	570
2-ой завтрак						
1	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,5	46
2	Чай с молоком	180	1,5	1,1	15,6	78
3	Кондитерские изделия (печенье)	20	1,6	2,0	14,4	81
	Итого:	300	3,5	3,5	39,5	204
	Стоимость рациона:					
Завтрак (ОВЗ) (возрастная категория 12 лет и старше)						
1	Помидоры свежие	100	2,2	0,7	12,8	62
2	Фрикадельки рыбные	100	13,7	14,2	10,9	140
3	Соус томатный	30	1,1	2,5	2,5	52
4	Пюре картофельное	180	4,7	10,7	47,8	279
5	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,3	0,0	15,2	60
6	Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	92
	Итого:	672	25,0	28,3	108,3	685
2-ой завтрак						
1	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,5	46
2	Чай с молоком	180	1,5	1,1	15,6	78
3	Кондитерские изделия (печенье)	30	2,4	3,0	21,6	121
	Итого:	310	4,3	4,5	46,7	245
	Стоимость рациона:					

Зав. производством _____

Экономист по ценам _____

«Согласовано»

Директор МОУ

Кузьмина Светлана С.И.
/Сусицкая/

«Утверждаю»

ИП Чекунов О.А.

/О.А. Чекунов/

МЕНЮ на «22» 08 2023 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
Обед (возрастная категория 7-11 лет)						
1	Помидоры свежие	60	0,5	0,1	1,0	8
2	Суп картофельный с крупой (рис)	200	1,5	2,2	9,7	70
3	Фрикадельки из птицы с соусом томатным	90/30	16,0	12,8	8,0	191
4	Макаронные изделия отварные	150	5,5	5,7	33,3	206
5	Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0,0	30,8	127
6	Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	92
7	Хлеб пеклеванный	40	2,5	0,4	16,5	79
	Итого:	810	29,4	21,4	118,8	773
Полдник						
1	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,5	46
2	Чай с молоком	180	1,5	1,1	15,6	78
3	Кондитерские изделия (печенье)	20	1,6	2,0	14,4	81
	Итого:	300	3,5	3,5	39,5	205
	Стоимость рациона:					
Обед (возрастная категория 12 лет и старше)						
1	Помидоры свежие	100	0,8	0,2	1,7	13
2	Суп картофельный с крупой (рис)	250	1,9	2,8	12,1	88
3	Фрикадельки из птицы с соусом томатным	100/30	17,8	14,2	8,9	213
4	Макаронные изделия отварные	180	6,5	6,8	28,2	248
5	Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0,0	30,8	127
6	Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	115
7	Хлеб пеклеванный	40	2,5	0,4	16,5	79
	Итого:	950	33,6	24,7	122,5	881
Полдник						
1	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,5	46
2	Чай с молоком	200	1,7	1,2	17,3	87
3	Кондитерские изделия (печенье)	50	4,0	5,0	36,0	202
	Итого:	350	6,1	6,6	62,8	335
	Стоимость рациона:					

Зав. производством

Экономист по ценам

