

«Согласовано»

Директор МБОУ

Кузнецовская СШ
И.В. Сундеев

«Утверждаю»

ИП Чекунов О.А.

О.А. Чекунов/

МЕНЮ на «14» ноября 2023 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	Энер.цен ность, ккал
Завтрак (3 день ОБЗ) (возрастная категория 7-11 лет)						
1	Тефтели с соусом томатным	90/30	9,4	18,8	14,3	223
2	Пюре картофельное	150	3,9	8,9	39,8	233
3	Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0,0	30,8	127
4	Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	92
	Итого;	510	16,7	27,9	104,4	674
2-ой завтрак						
1	Фрукты свежие	120	0,5	0,5	11,4	55
2	Сок фруктовый	180	0,9	0,2	17,7	80
	Итого;	300	1,4	0,7	29,1	135
	Стоимость рациона:					
Завтрак (3 день ОБЗ) (возрастная категория 12 лет и старше)						
1	Тефтели с соусом томатным	100/30	10,4	20,9	15,9	248
2	Пюре картофельное	180	9,0	6,1	55,7	286
3	Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0,0	30,8	127
4	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	24,4	115
	Итого:	560	23,6	27,3	126,8	775
2-ой завтрак						
1	Фрукты свежие	120	0,5	0,5	11,4	55
2	Сок фруктовый	200	1,1	0,2	19,5	83
	Итого;	320	1,6	11,6	74,2	128
	Стоимость рациона:					

Зав. производством _____

Экономист по ценам _____

«Согласовано»

Директор МБОУ

Кузнецова С.С.
М.А. Сусинкина

«Утверждаю»

ИП Чекунов О.А.

О.А. Чекунов

МЕНЮ на «17» 09

2023 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
Обед (возрастная категория 7-11 лет)						
1	Помидор свежий	60	0,5	0,1	1,0	8
2	Суп из овощей	200	1,5	3,0	8,9	68
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 яблок	200	0,2	0,2	27,1	111
7	Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	115
8	Хлеб пеклеванный	40	2,5	0,4	16,5	79
	Итого:	790	25,5	23,3	129,5	770
Полдник						
1	Фрукты свежие (яблоко)	120	0,5	0,5	11,4	55
2	Сок фруктовый	180	0,9	0,2	17,7	80
	Итого:	300	1,4	0,7	29,1	135
	Стоимость рациона:					
Обед (возрастная категория 12 лет и старше)						
1	Помидоры свежие	100	2,2	0,7	12,8	62
2	Суп из овощей	250	1,9	3,8	11,1	85
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 яблок	200	0,2	0,2	27,1	111
7	Хлеб пшеничный	60	4,4	0,4	29,2	138
8	Хлеб пеклеванный	50	3,2	0,4	20,6	99
	Итого:	970	31,0	26,9	161,5	925
Полдник						
1	Фрукты свежие (яблоко)	150	0,6	0,6	14,3	68
2	Сок фруктовый	200	1,1	0,2	19,5	83
	Итого:	350	1,7	0,8	33,8	151
	Стоимость рациона:					

Зав. производством

Экономист по ценам

(Подпись)