

Утверждаю



Меню
« 11 » мая 2023 г.
4 день

Завтрак учащихся от 7 до 11 лет

№ п/п	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетич. ценность	№ рецепту ры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
1	Морковь, тушенная с луком	40	0,70	3,04	4,54	48,90	319	5,08
2	Тефтели 2-й вариант	110	10,78	10,82	13,27	225,02	279	47,09
3	Макаронные изделия отварные	120	3,24	5,04	28,26	149,65	202	17,05
4	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,44	389	10,14
5	Хлеб пшеничный	35	2,52	0,28	17,22	82,25	Н	2,24
6	Фрукты св, (яблоко, банан, груша, апельсин)	100	0,40	0,30	10,30	47	338	15,60
	Дополнительное питание: молоко т/п 0,2, кондит. изделие в индивид. упаковке							38
	Итого за завтрак	605	18,64	19,48	93,79	637,26		135,20

Обед учащихся от 7 до 11 лет

№ п/п	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетич. ценность	№ рецепту ры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
1	Суп с бобовыми	200	6,72	7,00	15,00	127,42	119	6,01
2	Рыба, тушенная в томате с овощами	100/60	9,07	13,02	11,34	199,39	229	157,86
3	Пюре картофельное	150	2,78	4,38	17,85	122,38	312	14,75
4	Компот из св, фруктов (яблоко)	200	0,22	0,22	15,46	64,22	348	3,96
5	Хлеб пшеничный	20	1,44	0,16	9,84	47	Н	1,28
6	Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,94	64,2	Н	2,10
7	Кондитерское изделие	25	1,88	2,95	18,73	104,28	Н	3,82
8	Дополнительное питание: молоко т/п 0,2, кондит. изделие в индивид. упаковке							38
	Итого за обед	725	23,52	27,94	103,16	728,89		227,78
	Итого							

Повар

Рубина Михайловна



Меню

« 11 » мая 2023г.

4 день

Завтрак учащихся от 12 до 18 лет

№ п/п	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетич. ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
1	Морковь, тушенная с луком	60	1,06	4,57	6,80	73,34	319	7,82
2	Тефтели 2-й вариант	110	10,78	10,82	13,27	225,02	279	47,09
3	Макаронные изделия отварные	180	4,86	7,56	42,39	224,48	202	19,13
4	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,44	389	10,14
5	Хлеб пшеничный	40	2,88	0,32	19,68	94	Н	2,56
6	Фрукты св, (яблоко, груша, апельсин, слива)	100	0,40	0,40	9,80	47	338	15,60
	Итого за завтрак	690	20,98	23,67	112,14	748,28		102,34

Повар

Дол. Балацкий