



Утверждаю:
И. о. директора школы
О.В. Трифонова

МЕНЮ «03» октября 2023г.

Завтрак

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции(г)	Цена (руб)	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
487	Куры отварные	100	29,76	207,92	7,95	9,28	-
511	Рис с маслом	155	10	169,0	7,8	8,06	27,7
По тех.	Хлеб пшеничный	30	1	36,8	1,17	0,13	7,7
686	Чай с сахаром, с лимоном	200	3	18,6	0,9	-	23,86
По тех.	Зеленый горошек	60	4,8	-	1,2	-	3,4
	Яблоко	100	7,5	90,36	0,8	0,4	28,1
	Итого		57,06	578,68	19,12	17,87	80,5

Обед для детей 7-11 лет

Обед для детей 11 лет и старше

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Цена	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Масса порции	Цена	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
139	Суп картофельный с пшеном	250	20	158	8,5	7,4	21,5	250	20	158	8,5	7,4	21,5
451	Котлета мясная	100	46	164,1	14,26	10,35	30,67	100	46	164,1	14,26	10,35	30,67
332	Рожки с маслом	155	12	164,1	9,7	11,18	23,58	200	12	164,1	9,7	11,18	23,58
43	Салат из свежей капусты	80	6	102,0	8,3	4,39	29,9	80	6	102	8,3	4,39	29,9
По тех.	Хлеб пшеничный	80	3	180,0	7,0	1,1	40,3	80	3	180,0	7,0	1,1	40,3
По тех.	Кисель ягодный	200	12	108,0	0,1	-	35,2	200	12	108	0,1	-	35,2
	Итого		93	876,2	47,86	34,42	181,15		93	876,2	47,86	34,42	181,15

Полдник

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции (г)	Цена (руб)	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
686	Молоко	200	18	123,0	5,6	6,4	9,4
По тех.	Печенье	50	16	112,0	2,1	1,5	24,1
	Итого		34	235	7,1	7,9	33,5

Шеф –повар: *Н.В. Казавкова*
 Медсестра: *Е.Ю. Ершова*
 Ответственный за питание: *О.А. Головачева*
 Председатель Совета родителей: *В.В. Соколова*