

**МЕНЮ «09» ноября 2023г.**



Утверждаю:  
И.О. директор школы  
С.В. Трифонова

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Вес порции г.	Цена (руб.)	Энерг. ценность, ккал	Пищевые вещества (г.)		
					Белки	Жиры	Углеводы
<b>Завтрак для детей 7-11 лет</b>							
43	Салат из белокочанной капусты	60	6	51,54	0,85	3,05	5,19
139	Тефтели мясные	100	45	201,6	10,4	15,3	12,08
4	Каша рассыпчатая гречневая	150	10	223,2	3,23	5,22	34,74
943	Чай с сахаром	200	4	56,8	0,2		14,0
ПР	Хлеб пшеничный	50	1,5	107,2	3,07	1,67	20,9
	<b>Итого:</b>	<b>540</b>	<b>66,5</b>	<b>630,07</b>	<b>16,15</b>	<b>23,0</b>	<b>75,69</b>
<b>Обед для детей 7-11 лет</b>							
45	Винегрет овощной	60	7,5	56,88	0,82	3,71	5,06
148	Суп-лапша домашняя на куб/б	200	22	120,0	2,8	5,8	13,9
288	Курица отварная	50	34,80	206,67	21,67	13,33	
694	Пюре картофельное	150	15	137,25	3,06	4,80	20,45
639	Компот из смеси сухофруктов	200	12	110,0	10,0	0,06	35,2
ПР	Хлеб пшеничный	50	3	107,2	3,07	1,07	20,9
	<b>Итого:</b>	<b>710</b>	<b>94,3</b>	<b>738,0</b>	<b>41,42</b>	<b>28,77</b>	<b>95,51</b>
<b>Обед для детей 11 лет и старше</b>							
45	Винегрет овощной	100	7,5	94,80	1,36	6,18	8,44
148	Суп-лапша домашняя на куб/б	250	22	120,0	2,8	5,8	13,9
288	Курица отварная	50	34,80	206,67	21,67	13,33	
694	Пюре картофельное	150	15	137,25	3,06	4,80	20,45
639	Компот из смеси сухофруктов	200	12	110,0	10,0	0,06	35,2
ПР	Хлеб пшеничный	50	3	107,2	3,07	1,07	20,9
	<b>Итого:</b>	<b>800</b>	<b>94,3</b>	<b>775,92</b>	<b>41,96</b>	<b>31,24</b>	<b>98,89</b>
<b>Полдник для детей 7-11 лет</b>							
152	Вафли	100	12	354,17	2,92	3,33	77,5
385	Молоко	200	18	107,0	5,80	5,0	9,60
	<b>Итого:</b>	<b>300</b>	<b>30</b>	<b>461,17</b>	<b>8,72</b>	<b>8,33</b>	<b>86,5</b>
	<b>Всего:</b>	<b>2350</b>	<b>285,1</b>	<b>2605,16</b>	<b>108,25</b>	<b>91,34</b>	<b>356,59</b>

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