

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



**МЕНЮ «11» октября 2023г.**

**Завтрак**

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции(г)	Цена (руб)	Энергетическая ценность ,ккал.	Белки	Жиры	Углеводы
374	Рыба запеченная с овощами	150	36	207,92	7,95	9,28	6,53
304	Рис с маслом	150	10	263,77	9,8	8,06	27,7
По тех.	Хлеб пшеничный +	30	1	70,38	2,01	0,24	15,01
948	Кисель ягодный	200	12	102,89	0,1	-	15,2
По тех.	Яблоко	100	8,5	90,36	0,8	0,4	28,1
	<b>Итого</b>		<b>72,5</b>	<b>764,51</b>	<b>20,81</b>	<b>21,83</b>	<b>87,17</b>

**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
По тех.	Свежий помидор	80	9,6	12,0	0,55	0,1	1,9	80	9,6	12,0	0,55	0,1	1,9
110	Борщ на курином бульоне	250	25	103,0	6,66	14,34	0,96	250	25	103,0	6,66	14,34	0,96
464	Плов из отварного мяса	230	45	587,05	13,6	13,2	56,79	230	45	587,05	13,6	13,2	56,79
По тех.	Сок фруктовый	200	21	108,0	1,4	-	26,06	200	21	108,0	1,4	-	26,06
По те.	Хлеб пшеничный	80	3	188,33	6,32	0,8	38,64	80	3				
	<b>Итого</b>		<b>103,6</b>	<b>998,38</b>	<b>28,53</b>	<b>28,44</b>	<b>124,35</b>		<b>103,6</b>	<b>998,38</b>	<b>28,53</b>	<b>28,44</b>	<b>124,35</b>

**Полдник**

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции (г)	Цена (руб)	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
По тех.	Печенье	50	16,0	112,0	2,1	1,5	24,1
По тех.	Молоко	200	14,0	123,0	5,6	6,4	9,4
	<b>Итого</b>		<b>30</b>	<b>235,0</b>	<b>7,7</b>	<b>7,9</b>	<b>33,4</b>

Шеф –повар:

Медсестра:

Ответственный за питание:

Председатель Совета родителей:

Н.В. Казавкова

Е.Ю. Ершова

О.А. Головачева

В.В. Соколова