

Утверждаю:

И. о. директора школы

О.В. Трифонова

**МЕНЮ «13» марта 2024г.**



| № рецептуры                           | Прием пищи, наименование блюда             | Вес порции г. | Цена (руб.)  | Энергетическая ценность ккал | Пищевые вещества (г.) |              |              |
|---------------------------------------|--|---------------|--------------|------------------------------|-----------------------|--------------|--------------|
|                                       |  |               |              |                              | Белки                 | Жиры         | Углеводы     |
| <b>Завтрак для детей 7-11 лет</b>     |  |               |              |                              |                       |              |              |
| 347                                   | Рыба тушеная в томатном соусе с овощами.   | 100           | 36           | 146,2                        | 14,35                 | 5,03         | 6,02         |
| 511                                   | Рис отварной                               | 150           | 10           | 162,3                        | 2,38                  | 5,26         | 1,24         |
| 126                                   | Икра свекольная                            | 60            | 6            | 60,06                        | 1,4                   | 2,76         | 7,39         |
| ПР                                    | Хлеб пшеничный                             | 50            | 1,5          | 107,2                        | 3,07                  | 1,07         | 20,9         |
| 943                                   | Чай с сахаром                              | 200           | 4            | 56,8                         | 0,2                   |              | 14,0         |
|                                       | Яблоко                                     | 100           | 8,5          | 44,0                         | 0,4                   | 0,4          | 10,3         |
|                                       | <b>Итого:</b>                              | <b>660</b>    | <b>66</b>    | <b>576,56</b>                | <b>21,8</b>           | <b>14,52</b> | <b>59,85</b> |
| <b>Обед для детей 7-11 лет</b>        |  |               |              |                              |                       |              |              |
|                                       | Свежий помидор                             | 60            | 9,6          | 6,78                         | 0,42                  | 0,06         | 1,14         |
| 110                                   | Борщ с капустой и картофелем на костном/б. | 200           | 25           | 124,84                       | 7,44                  | 5,82         | 9,54         |
| 492                                   | Плов из птицы                              | 200           | 45           | 380                          | 17,8                  | 18,48        | 33,46        |
| 399                                   | Сок фруктовый                              | 200           | 21           | 92,0                         | 1,0                   | 0,20         | 20,20        |
| ПР                                    | Хлеб пшеничный                             | 70            | 3            | 150,8                        | 4,29                  | 1,49         | 29,26        |
|                                       | <b>Итого:</b>                              | <b>730</b>    | <b>103,6</b> | <b>753,7</b>                 | <b>30,95</b>          | <b>26,05</b> | <b>93,6</b>  |
| <b>Обед для детей 11 лет и старше</b> |  |               |              |                              |                       |              |              |
|                                       | Свежий помидор                             | 120           | 19,2         | 6,78                         | 0,84                  | 0,12         | 2,28         |
| 110                                   | Борщ с капустой и картофелем на костном/б. | 250           | 25           | 132,4                        | 9,30                  | 7,27         | 11,92        |
| 492                                   | Плов из птицы                              | 200           | 45           | 380,0                        | 17,8                  | 18,48        | 33,46        |
| 399                                   | Сок фруктовый                              | 200           | 21           | 92,0                         | 1,0                   | 0,20         | 20,20        |
| ПР                                    | Хлеб пшеничный                             | 50            | 3            | 107,2                        | 3,07                  | 1,07         | 20,9         |
|                                       | <b>Итого:</b>                              | <b>820</b>    | <b>113,2</b> | <b>627,3</b>                 | <b>32,01</b>          | <b>27,14</b> | <b>88,76</b> |
| <b>Полдник для детей 7-11 лет</b>     |  |               |              |                              |                       |              |              |
| ПР                                    | Печенье                                    | 100           | 16           | 224,0                        | 4,2                   | 3,0          | 48,2         |
| 385                                   | Молоко                                     | 200           | 14           | 107,0                        | 5,80                  | 5,0          | 9,60         |
|                                       | <b>Итого:</b>                              | <b>300</b>    | <b>30</b>    | <b>331,0</b>                 | <b>10,0</b>           | <b>8,0</b>   | <b>57,8</b>  |
|                                       | <b>Всего:</b>                              | <b>2510</b>   | <b>312,8</b> | <b>2288,56</b>               | <b>94,76</b>          | <b>75,71</b> | <b>300,0</b> |

Шеф –повар:

Медсестра:

Ответственный за питание:

Член Совета родителей:

 Н.В. Казавкова  
 Е.Ю. Ершова  
 О.А. Головачева  
 В.В. Соколова