

МЕНЮ «15» ноября 2023г.



Утверждаю:
Директора школы
О.В. Трифонова

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Вес порции г.	Цена (руб.)	Энергетическая ценность ккал	Пищевые вещества (г.)		
					Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак для детей 7-11 лет							
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
	Итого:	660	66	576,56	21,8	14,52	59,85
Обед для детей 7-11 лет							
	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	150	45	285,0	14,5	13.86	25,09
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
	Итого:	710	103,6	615,82	26,43	21,01	76,87
Обед для детей 11 лет и старше							
	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
	Итого:	820	113,2	627,3	32,01	27,14	88,76
Полдник для детей 7-11 лет							
ПР	Печенье	100	16	636,72	11,28	12,64	119,84
385	Молоко	200	14	107,0	5,80	5,0	9,60
	Итого:	300	30	743,72	16,56	17,64	129,44
	Всего:	2490	303,2	2563,4	96,8	80,31	354,92

Шеф –повар:

Медсестра:

Ответственный за питание:

Председатель Совета родителей:

Н.В. Казавкова

Е.Ю. Ершова

О.А. Головачева

В.В. Соколова