



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

**МЕНЮ «16» ноября 2023г.**

№ 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>							
182	Каша ячневая	200	22	286,0	7,31	10,98	39,2
693	Какао с молоком	200	12	177,56	4,62	4,02	43,8
3	Бутерброд с маслом и сыром	60	22	164,9	7,8	8,9	18,5
	Яблоко	100	8,50	44,0	0,4	0,4	10,3
	<b>Итого:</b>	<b>560</b>	<b>64,5</b>	<b>672,46</b>	<b>20,13</b>	<b>24,3</b>	<b>111,8</b>
<b>Обед для детей 7-11 лет</b>							
43	Салат из белокочанной капусты	60	6	6,78	0,42	0,06	1,14
102	Суп картофельный с фасолью	200	22	96,29	3,27	3,56	12,82
347	Рыба тушеная в томатном соусе с овощами	100	36	146,2	14,35	5,03	6,02
311	Рис отварной	150	12	162,3	2,38	5,26	1,24
946	Чай с сахаром с лимоном	200	4	41,6	0,53		9,87
ПР	Хлеб пшеничный	50	3	107,2	3,07	1,07	20,9
	<b>Итого:</b>	<b>760</b>	<b>83</b>	<b>517,52</b>	<b>21,15</b>	<b>13,97</b>	<b>50,6</b>
<b>Обед для детей 11 лет и старше</b>							
43	Салат из белокочанной капусты	100	6	87,40	1,41	5,08	9,02
102	Суп картофельный с фасолью	250	22	144,43	4,9	5,33	19,23
347	Рыба тушеная в томатном соусе с овощами	100	36	146,2	14,35	5,03	6,02
311	Рис отварной	150	12	162,3	2,38	5,26	1,24
946	Чай с сахаром с лимоном	200	4	41,6	0,53		9,87
ПР	Хлеб пшеничный	50	3	107,2	3,07	1,07	20,9
	<b>Итого:</b>	<b>850</b>	<b>83</b>	<b>646,28</b>	<b>23,77</b>	<b>20,76</b>	<b>64,89</b>
<b>Полдник для детей 7-11 лет</b>							
946	Чай с сахаром с лимоном	200	4	41,6	0,53		9,87
ПР	Пряник	100	4,5	475,8	7,68	6,12	97,5
	<b>Итого:</b>	<b>300</b>	<b>8,5</b>	<b>517,4</b>	<b>8,21</b>	<b>6,12</b>	<b>107,37</b>
	<b>Всего:</b>	<b>2470</b>	<b>239</b>	<b>2353,6</b>	<b>73,26</b>	<b>65,15</b>	<b>334,66</b>

Шеф –повар:

Медсестра:

Ответственный за питание:

Председатель Совета родителей:

Н.В. Казавкова

Е.Ю. Ершова

О.А. Головачева

В.В. Соколова