

Утверждаю:

И. о. директора школы

О.В. Трифонова



МЕНЮ «19» октября 2023г.

Завтрак

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции(г)	Цена (руб)	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
43	Салат из свежей капусты	60	6	102	8,3	4,39	29,9
464	Тефтели мясные	90	35	360,8	7,18	11,67	19,51
509	Каша гречневая с мясом	155	10	53,6	8,8	6,3	21,8
По тех.	Хлеб пшеничный	30	1	36,8	1,17	0,13	7,7
631	Чай с сахаром. с лимоном	203	4	56,0	0,2	-	13,6
	Итого:		56	547,58	18,51	16,65	70,36

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
71	Винегрет овощной	80	7,5	90	0,25	0,08	11,2	80	7,5	90	0,25	0,08	11,2
148	Суп лап. домашняя	250	22	120,0	4,08	17,55	30,67	250	22	120,0	4,08	17,55	30,67
478	Курица отварная	100	30	207,92	7,95	9,28	-	100	30	207,92	7,95	9,28	-
520	Картофельное пюре	150	12	268,08	12,01	13,05	52,34	150	15	268,08	12,01	13,05	52,34
По тех.	Хлеб пшеничный	80	3	189,0	7,0	1,1	40,3	80	3	189,0	7,0	1,1	40,3
633	Компот из свежих фруктов	200	10	105,0	-	-	26,72	200	10	105,0	-	-	26,72
	Итого:		84,5	980	31,29	41,06	161,23		87,5	980	31,29	41,06	161,23

Полдник

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции (г)	Цена (руб)	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
По тех.	Вафли	50	12	112,0	2,5	1,5	24,1
По тех.	Молоко	200	14	123,0	5,6	6,4	9,4
	Итого		26	235,0	8,1	7,9	33,5

Шеф –повар:

Медсестра:

Ответственный за питание:

Председатель Совета родителей:

Н.В. Казавкова
Н.В. Казавкова

Е.Ю. Ершова
Е.Ю. Ершова

О.А. Головачева
О.А. Головачева

В.В. Соколова
В.В. Соколова