

Утверждаю:

И.о. директора школы

О.В. Трифонова

МЕНЮ «10» марта 2024г.



№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Вес порции г.	Цена (руб.)	Энерг. ценность, ккал	Пищевые вещества (г.)		
					Белки	Жиры	Углеводы
<u>Завтрак для детей 7-11 лет</u>							
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
	Итого:	560	64,5	672,46	20,13	24,3	111,8
<u>Обед для детей 7-11 лет</u>							
43	Салат из белокочанной капусты	100	6	87,40	1,41	5,08	9,02
102	Суп картофельный с фасолью	200	22	96,29	3,27	3,56	12,82
374	Рыба тушеная в томатном соусе с овощами	100	36	146,2	14,35	5,03	6,02
511	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	70	3	150,08	4,29	1,49	29,26
	Итого:	820	83	683,87	25,24	15,4	60,35
<u>Обед для детей 11 лет и старше</u>							
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
374	Рыба тушеная в томатном соусе с овощами	100	36	146,2	14,35	5,03	6,02
511	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	70	3	150,08	4,29	1,49	29,26
	Итого:	870	83	732,01	27,86	22,19	74,64
<u>Полдник для детей 7-11 лет</u>							
946	Чай с сахаром с лимоном	200	4	41,6	0,53	0	9,87
ПР	Пряники сырцовые «Сладояр»	100	12	380,0	4,5	9,0	69,0
	Итого:	300	16	475,6	5,03	61,89	78,87
	Всего:	2550	246,5	2468,34	78,26	70,89	325,66

Шеф –повар:

Медсестра:

Ответственный за питание:

Член 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