

**МЕНЮ «21» декабря 2023г.**

И. о. директора школы

О.В. Трифонова



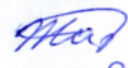

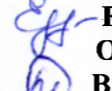

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Вес порции г.	Цена (руб.)	Энерг. ценность, ккал	Пищевые вещества (г.)		
					Белки	Жиры	Углеводы
<b>Завтрак для детей 7-11 лет</b>							
182	Каша ячневая	200	22	286,0	7,31	10,98	39,2
693	Какао с молоком	200	12	177,56	4,62	4,02	43,8
3	Бутерброд с маслом и сыром	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	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
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	70	3	150,08	4,29	1,49	29,26
	<b>Итого:</b>	<b>820</b>	<b>83</b>	<b>683,87</b>	<b>25,24</b>	<b>15,4</b>	<b>60,35</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	70	3	150,08	4,29	1,49	29,26
	<b>Итого:</b>	<b>870</b>	<b>83</b>	<b>732,01</b>	<b>27,86</b>	<b>22,19</b>	<b>74,64</b>
<b>Полдник для детей 7-11 лет</b>							
946	Чай с сахаром с лимоном	200	4	41,6	0,53		9,87
ПР	Пряники сырцовые «Сладояр»	100	4,5	380,0	4,5	9,0	69,0
	<b>Итого:</b>	<b>300</b>	<b>8,5</b>	<b>475,6</b>	<b>5,03</b>	<b>61,89</b>	<b>78,87</b>
	<b>Всего:</b>	<b>2550</b>	<b>239</b>	<b>2468,34</b>	<b>78,26</b>	<b>70,89</b>	<b>325,66</b>

Шеф –повар:

Медсестра:

Ответственный за питание:

Член Совета родителей:

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