

утверждаю:

И.о. директора школы

О.В. Трифонова

**МЕНЮ «31» января 2024г.**



№ 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>							
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
	<b>Итого:</b>	<b>660</b>	<b>66</b>	<b>576,56</b>	<b>21,8</b>	<b>14,52</b>	<b>59,85</b>
<b>Обед для детей 7-11 лет</b>							
	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	200	45	380	17,8	18,48	33,46
399	Сок фруктовый	200	21	92,0	1,0	0,20	20,20
ПР	Хлеб пшеничный	70	3	150,8	4,29	1,49	29,26
	<b>Итого:</b>	<b>730</b>	<b>103,6</b>	<b>753,7</b>	<b>30,95</b>	<b>26,05</b>	<b>93,6</b>
<b>Обед для детей 11 лет и старше</b>							
	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
	<b>Итого:</b>	<b>820</b>	<b>113,2</b>	<b>627,3</b>	<b>32,01</b>	<b>27,14</b>	<b>88,76</b>
<b>Полдник для детей 7-11 лет</b>							
ПР	Печенье	100	16	224,0	4,2	3,0	48,2
385	Молоко	200	14	107,0	5,80	5,0	9,60
	<b>Итого:</b>	<b>300</b>	<b>30</b>	<b>331,0</b>	<b>10,0</b>	<b>8,0</b>	<b>57,8</b>
	<b>Всего:</b>	<b>2510</b>	<b>312,8</b>	<b>2288,56</b>	<b>94,76</b>	<b>75,71</b>	<b>300,0</b>

Шеф –повар:

Медсестра:

Ответственный за питание:

Председатель Совета родителей:

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