



ИП Шевченко О.Г.
"Утверждаю"

Директор МКОУ "Советская СШ"

меню 9 января

2023

Н.Н. Андреева возрастная категория 7-11 лет

прием пищи	наименование блюда	выходные вещества				энергет. ценность	№ рецепта	цена, руб.
		блюда	белки	жиры	углевод			
1	2	3	4	5	6	7	8	9
день 1	каша вязкая с маслом	160	8,25	8,98	23,2	161	№168 сбор	26,72
	хлеб пшеничный 1 с	45	8	5,72	15,37	129,75	ПР	15,69
	чай с лимоном	200	0,148	0,005	12,25	51,44	№154 сбор	6,67
	сыр российский	15	3,62	4,42	0,04	54,45	ПР	12,69
	булочка к чаю	30	2,16	2,88	15,3		ПР	15,95
	фрукты	100	0,4	0,4	9,8	47	№338 сбор	17,22
итога:		535	19	17,99	75,92	484,29		82,25



ИП Шевченко О.Г.
"Утверждаю"

Директор МКОУ "Советская СШ"

меню 9 января

2023

Н.Н. Андреева возрастная категория 12-18 лет

прием пищи	наименование блюда	выходные вещества				энергет. ценность	№ рецепта	цена, руб.
		блюда	белки	жиры	углевод			
1	2	3	4	5	6	7	8	9
день 1	каша вязкая с маслом	210	4,52	4,07	35,46	197	№168 сбор	28,72
	хлеб пшеничный 1 с	30	2,43	0,3	15,33	75,3	ПР	3
	чай с сахаром	200	0,2	0	14	28	№943 сбор	4,67
	сыр российский	15	3,62	4,42	0,04	54,45	ПР	12,69
	булочка к чаю	30	2,16	1,86	15,3	95,1	ПР	15,95
	фрукты	100	0,4	0,4	9,8	47	№338 сбор	17,22
итога:		585	13,3	11,05	89,93	496,85		82,25



ИП Шевченко О.Г.
"Утверждаю"

Меню для ОВЗ

Директор МКОУ "Советская СШ"

Меню 1-11 ОВЗ

2023 г

Н.Н. Андреева 9 января

прием пищи	наименование блюда	выходные вещества				энергет. ценность	ЦЕНА
		блюда	белки	жиры	углевод		
1	2	3	4	5	6	7	9
1 ДЕНЬ							
з т а р в а к	каша вязкая с маслом	200	6,24	6,1	19,7	158,64	22,83
	батон нарезной в/с	20	2,43	0,3	15,33	75,3	2,50
	чай с сахаром	200	0,2	0	14	28	4,67
о б е д	горошек зеленый консервированный	50	3,2	0,1	9,6	54	14,77
	щи из свежей капусты	250	1,75	4,89	8,49	84,75	16,64
	макаронные изделия отварные	180	6,62	5,42	31,73	202,14	12,05
	биточки	100	15,55	11,55	15,7	228,75	26,84
	кисель	200	0,11	0,12	25,09	119,2	6,50
	хлеб пшеничный 1 с	25	2,41	0,25	14,2	71,5	2,67
	хлеб ржаной	25	2,81	0,52	13,35	70,2	2,78
итога:		1250	41,3	29,25	167,2	1092,48	112,25