

СОГЛАСОВАНО
Директор МКОУ "Советская СШ"

ИП Шевченко О.Г.

"Утверждаю"

меню 13 ноября

2023

Н.Н. Андреева

возрастная категория

7-11

лет

прием	наименование	выходные вещества				энергет.	№	цена,
пищи	блюда	блюда	белки	жиры	углевод	ценность	рецепта	руб.
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
завтрак	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
итого:		535	19	17,99	75,92	484,29		82,25

ИП Шевченко О.Г.

СОГЛАСОВАНО
Директор МКОУ "Советская СШ"

"Утверждаю"

меню 13 ноября

2023

Н.Н. Андреева

возрастная категория

12-18

лет

прием	наименование	выходные вещества				энергет.	№	цена,
пищи	блюда	блюда	белки	жиры	углевод	ценность	рецепта	руб.
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
завтрак	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
итого:		585	13,3	11,05	89,93	496,85		82,25

ИП Шевченко О.Г.

"Утверждаю"

Меню для ОБЗ

СОГЛАСОВАНО
Директор МКОУ "Советская СШ"

Меню 1-11 ОБЗ

Н.Н. Андреева

13 ноября

2023 г

прием	наименование	выходные вещества				энергет.	ЦЕНА
пищи	блюда	блюда	белки	жиры	углевод	ценность	
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
	макароны 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
итого:		1250	41,3	29,25	167,2	1092,48	112,25