



СОГЛАСОВАНО  
Директор МКОУ "Советская СШ"  
Н.Н. Андреева

"Утверждаю"  
ИП Шевченко О.Г.

меню  
возрастная категория 7-11 лет  
15 января 2024 г

прием пищи	наименование блюда	выход блюда	пищевые вещества			энергет. ценность	№ рецеп	цена, руб.
			белки (г)	жиры(г)	углевод			
<b>день 6</b>								
завтрак	каша вязкая с маслом	160	9,38	8,76	29,87	221,25	168	41,53
	хлеб пшеничный 1с/							
	Сыр российский	50	7,25	5,72	15,39	138		17,69
	яблоки свежие	100	0,4	0,4	9,8	47		18,47
	кофейный напиток	200	0,28	2,05	15,95	100,6	395	87,36
<b>ИТОГО</b>		<b>510</b>	<b>17,31</b>	<b>16,93</b>	<b>71,01</b>	<b>506,85</b>		<b>87,36</b>

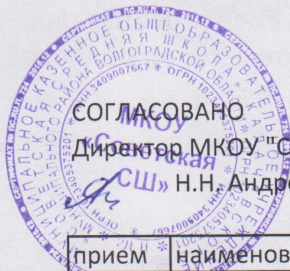


СОГЛАСОВАНО  
Директор МКОУ "Советская СШ"  
Н.Н. Андреева

"Утверждаю"  
ИП Шевченко О.Г.

меню  
возрастная категория 12-18 лет  
15 января 2024 г.

прием пищи	наименование блюда	выход блюда	пищевые вещества			энергет. ценность	№ рецеп	цена, руб.
			белки (г)	жиры(г)	углевод			
<b>день 6</b>								
завтрак	каша вязкая с маслом	210	12,35	12,54	38,98	346	168	43,53
	хлеб пшеничный 1с/							
	Сыр российский	45	8	5,72	15,37	129,75		15,69
	фрукты	100	0,4	0,4	9,8	47		18,47
	кофейный напиток	200	0,28	2,05	15,95	100,6	395	9,67
<b>ИТОГО</b>		<b>555</b>	<b>21,03</b>	<b>20,71</b>	<b>80,1</b>	<b>623,35</b>		<b>87,36</b>



СОГЛАСОВАНО  
Директор МКОУ "Советская СШ"  
Н.Н. Андреева

"Утверждаю"  
ИП Шевченко О.Г.

Меню 7-11 лет ОБЗ  
15 января 2024 г.

прием пищи	наименование блюда	выход		пищевые вещества			№ рецепта	ЦЕНА
		блюда (г)		белки (г)	жиры(г)	углеводы(г)		
<b>6 день</b>								
завтрак	каша жидкая молочная	200	5,1	10,72	33,42	251	182	22,83
	батон нарезной в/с	20	2,43	0,3	15,33	75,3	ПР	2,5
	чай с сахаром	200	0,2	0	14	28	943	4,67
обед	горошек консервированный	50	3,2	0,1	9,6	54	ПР	16,02
	суп картофельный с мясом	250	2,69	2,84	17,14	104,75	208	18,03
	гречка отварная	150	7,46	5,61	35,84	230,45	336	14,89
	печень куриная тушеная	100	13,2	8,82	2,62	160	261	24,97
	крекер	10	1,1	1,02	10,25	45,25		2
	компот из с/ф	200	0,2	0,2	22,3	110	859	6
	хлеб пшеничный 1 сорт	25	2,41	0,25	14,2	71,5	ПР	2,67
	хлеб ржаной	25	2,81	0,52	13,35	70,2	ПР	2,78
ИТОГО		1230	40,8	30,38	188,05	1200,45		117,36



СОГЛАСОВАНО  
Директор МКОУ "Советская СШ"  
Н.Н. Андреева

"Утверждаю"  
ИП Шевченко О.Г.

Меню 12-18 лет ОБЗ  
15 января 2024 г.

прием пищи	наименование блюда	выход		пищевые вещества			№ рецепта	ЦЕНА
		блюда (г)		белки (г)	жиры(г)	углеводы(г)		
<b>6 день</b>								
завтрак	каша жидкая молочная	200	5,1	10,72	33,42	251	182	22,83
	батон нарезной в/с	20	2,43	0,3	15,33	75,3	ПР	2,5
	чай с сахаром	200	0,2	0	14	28	943	4,67
обед	горошек консервированный	50	3,2	0,1	9,6	54	ПР	16,02
	суп картофельный с мясом	250	2,69	2,84	17,14	104,75	208	18,03
	гречка отварная	150	8,95	6,73	43	276,53	336	16,89
	печень куриная тушеная	100	13,2	8,82	2,62	160	261	24,97
	компот из с/ф	200	0,2	0,2	22,3	110	859	6
	хлеб пшеничный 1 сорт	25	2,41	0,25	14,2	71,5	ПР	2,67
	хлеб ржаной	25	2,81	0,52	13,35	70,2	ПР	2,78
ИТОГО		1250	41,19	30,48	184,96	1201,28		117,36