



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

"Утверждаю"
ИП Шевченко О.Г.
меню 17 января 2024
возрастная категория 7-11 лет

прием пищи	наименование блюда	выход блюда	пищевые вещества			энергетическая ценность	№ рецепт	цена, руб.
			белки	жиры(г)	углевод			
8 день								
завтрак	плов из птицы	230	9,8	7,9	44,61	268,25	304	46,53
	сыр российский	45	7,08	5,72	15,37	129,8	ПР	15,69
	хлеб пшеничный 1 с							
	чай с лимоном	200	0,15	0,01	14,33	51,44	154	6,67
	конфеты	35	1,2	5,9	6,2	65	ПР	18,47
итого:		510	18,2	19,53	80,51	514,4		87,36



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

"Утверждаю"
ИП Шевченко О.Г.
меню 17 января 2024
возрастная категория 12-18 лет

прием пищи	наименование блюда	выход блюда	пищевые вещества			энергетическая ценность	№ рецепт	цена, руб.
			белки	жиры(г)	углевод			
8 день								
завтрак	плов из птицы	275	12,3	10,2	45,62	378,1	304	48,53
	сыр российский	15	5,57	5,42	0,04	54,45	ПР	12,69
	хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,43	0,3	15,33	75,3	ПР	3
	чай с сахаром	200	0,14	0,01	14,33	51,44	943	4,67
	конфеты	30	1,2	5,9	6,2	65	ПР	18,47
итого:		550	21,6	21,83	81,52	624,3		87,36



"Утверждаю"
ИП Шевченко О.Г.

Меню 7-11 лет ОВЗ
17 января 2024

прием пищи	наименование блюда	выход блюда (г)	пищевые вещества				№ рец.	ЦЕНА
			белки (г)	жиры (г)	углеводы (г)	эн ценност		
1	2	3	4	5	6	9		
8 день								
завтрак	каша пшеничная молоч	200	7,51	11,72	37,05	285	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	овощная нарезка (сез	100	1,41	5,08	8,65	85,9	43	16,02
	суп картофельный с ф	250	5,6	10,84	19,23	144,43	102	15,2
	рис отварной	150	3,65	2,37	36,68	209,7	304	9
	мясо кур отварное	100	25,38	8,6	0,7	172	300	33,69
	крекер	10	1,1	1,02	10,25	45,25	ПР	2
	компот фруктовый	200	0,2	0,2	22,3	110	859	6
	хлеб пшеничный 1 со	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:		1280	31,9	10,59	60,8	468,95		117,36



"Утверждаю"
ИП Шевченко О.Г.

Меню 12-18 лет ОВЗ
17 января 2024

прием пищи	наименование блюда	выход блюда (г)	пищевые вещества				№ рец.	ЦЕНА
			белки (г)	жиры (г)	углеводы (г)	эн ценност		
1	2	3	4	5	6	9		
8 день								
завтрак	каша пшеничная молоч	200	7,51	11,72	37,05	285	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	овощная нарезка (сез	100	1,41	5,08	8,65	85,9	43	16,02
	суп картофельный с ф	250	5,6	10,84	19,23	144,43	102	15,2
	рис отварной	180	4,38	6,44	44,01	251,64	304	11
	мясо кур отварное	100	25,38	8,6	0,7	172	300	33,69
	крекер	10	1,1	1,02	10,25	45,25	ПР	2
	компот фруктовый	200	0,2	0,2	22,3	110	859	6
	хлеб пшеничный 1 со	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:		1300	52,33	35,95	188,82	1293,97		117,36