

"Утверждаю"

ИП Шевченко О.Г.

СОГЛАСОВАНО

Директор МКОУ "Советская СШ"

Н.Н.Андреева

меню 17 ноября 2023 г.
возрастная категория 7-11 лет

| прием пищи | наименование блюда | выход блюда | пищевые вещества | | | энергетическая ценность | № рецепта | цена, руб. |
|------------|--------------------------------|-------------|------------------|------|----------|-------------------------|-----------|------------|
| | | | белки | жиры | углеводы | | | |
| день 5 | макароны отварные | 150 | 5,52 | 4,52 | 26,45 | 168,5 | №688 с | 10,05 |
| завтрак | куриные окорочка отварные с ма | 100 | 23,46 | 25,8 | 0,5 | 328 | № сбор | 45,31 |
| | хлеб пшеничный 1 сорт | 30 | 2,43 | 0,3 | 15,33 | 75,3 | ПР | 3 |
| | чай с лимоном | 200 | 0,148 | 0,01 | 14,33 | 51,44 | №154 с | 6,67 |
| | овощная нарезка с м/р | 100 | 1,41 | 5,08 | 8,65 | 85,9 | №43 сб | 17,22 |
| итого: | | 580 | 32,97 | 35,7 | 65,26 | 709,1 | | 82,25 |

"Утверждаю"

ИП Шевченко О.Г.

СОГЛАСОВАНО

Директор МКОУ "Советская СШ"

Н.Н.Андреева

меню 17 ноября 2023 г.
возрастная категория 12-18 лет

| прием пищи | наименование блюда | выход блюда | пищевые вещества | | | энергетическая ценность | № рецепта | цена, руб. |
|------------|--------------------------------|-------------|------------------|------|----------|-------------------------|-----------|------------|
| | | | белки | жиры | углеводы | | | |
| день 5 | макароны отварные | 180 | 6,62 | 5,42 | 31,73 | 202,1 | №688 с | 12,05 |
| завтрак | куриные окорочка отварные с ма | 100 | 23,46 | 25,8 | 0,5 | 328 | № сбор | 45,31 |
| | хлеб пшеничный 1 сорт | 30 | 2,43 | 0,3 | 15,33 | 75,3 | ПР | 3 |
| | чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 14 | 28 | №943с | 4,67 |
| | овощная нарезка с м/р | 100 | 1,41 | 5,08 | 8,65 | 85,9 | №43 сб | 17,22 |
| итого: | | 610 | 34,12 | 36,6 | 70,21 | 719,3 | | 82,25 |

"Утверждаю"

ИП Шевченко О.Г.

СОГЛАСОВАНО

Директор МКОУ "Советская СШ"

Н.Н.Андреева

Меню 1-11 ОБЗ
17 ноября 2023 г

| прием пищи | наименование блюда | выход блюда | пищевые вещества | | | энергетическая ценность | № рецепта | цена, руб. |
|------------|---------------------------------|-------------|------------------|------|----------|-------------------------|-----------|------------|
| | | | белки | жиры | углеводы | | | |
| 5 ДЕНЬ | | | | | | | | |
| завтрак | вареники с картофелем | 200 | 12,02 | 10,2 | 78,23 | 345 | ПР | 20,33 |
| | кофейный напиток | 200 | 3,17 | 2,68 | 15,95 | 100,6 | №395с | 9,67 |
| | овощная нарезка (сезонно) | 100 | 1,41 | 5,08 | 8,65 | 85,9 | №81сб | 14,77 |
| обед | суп крестьянский с ячневой круп | 250 | 5,99 | 7,54 | 15,33 | 148,3 | №201с | 17,14 |
| | макароны отварные с овощами | 150 | 49,58 | 1,18 | 33,12 | 145 | №688с | 12,05 |
| | биточки | 100 | 15,55 | 11,6 | 15,7 | 228,8 | №608с | 26,84 |
| | компот фруктовый | 200 | 0,2 | 0,2 | 22,3 | 110 | №859с | 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 | 93,14 | 39,2 | 216,83 | 1305 | | 112,25 |