



СОГЛАСОВАНО

Директор МКОУ "Советская СШ"

Н.Н. Андреева

ИП Шевченко О.Г.

"Утверждаю"

меню 18 марта

2024

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
1 день								
завтрак	каша вязкая с масло	160	3,4	3,96	27,83	161	168	30,58
	хлеб пшеничный 1 с	30	2,43	0,3	15,33	75,3	ПР	3
	чай с лимоном	200	0,148	0,005	14,33	51,44	154	6,67
	сыр твердых сортов	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	18,17
итого:		535	12,16	22,28	94,64	484,29		87,36



СОГЛАСОВАНО

Директор МКОУ "Советская СШ"

Н.Н. Андреева

ИП Шевченко О.Г.

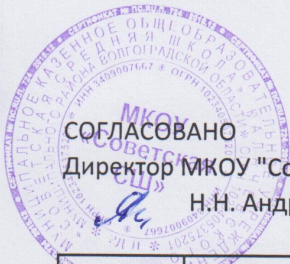
"Утверждаю"

меню 18 марта

2024

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
1 день								
завтрак	каша вязкая с масло	210	4,52	4,07	35,46	197	168	30,58
	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	6,67
	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	18,47
итого:		585	12,16	22,28	94,64	484,29		87,36



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

"Утверждаю"

Меню 7-11 лет ОБЗ
 18.03. 2024 г

прием пищи	наименование		выход блюда (г)	пищевые вещества			энергет. ценность	ЦЕНА
	блюда			белки (г)	жиры(г)	углеводы(г)		
1	2		3	4	5	6	7	9
1 день								
завтрак	каша вязкая с маслом		200	4,52	4,07	35,46	197	22,83
	батон нарезной в/с		20	2,43	0,3	15,33	75,3	2,5
	чай с сахаром		200	0,2	0	14	28	4,67
	горошек зеленый консервированный		90	3,2	0,1	9,6	54	16,02
обед	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	6,5
	хлеб пшеничный 1 сорт		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	39,6	27,22	182,95	1130,84	117,36



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

"Утверждаю"

Меню 12-18 лет ОБЗ
 18.03.2024 г.

прием пищи	наименование		выход блюда (г)	пищевые вещества			энергет. ценность	ЦЕНА
	блюда			белки (г)	жиры(г)	углеводы(г)		
1	2		3	4	5	6	7	9
1 день								
завтрак	каша вязкая с маслом		200	4,52	4,07	35,46	197	22,83
	батон нарезной в/с		20	2,43	0,3	15,33	75,3	2,5
	чай с сахаром		200	0,2	0	14	28	4,67
	горошек зеленый консервированный		50	3,2	0,1	9,6	54	16,02
обед	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	6,5
	хлеб пшеничный 1 сорт		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	39,6	27,22	182,95	1130,84	117,36