



ИП Шевченко О.Г.

"Утверждаю"

СОГЛАСОВАНО

Директор МКОУ "Советская СШ"

меню 20 марта

2023

Н.Н. Андреева

возрастная категория 7-11

лет

| прием пищи | наименование блюда | выходные вещества | | | | энергет. ценность | № рецепта | цена, руб. |
|---------------|-----------------------|-------------------|-------|---------|---------|----------------------|--------------|---------------|
| | | блюда | белки | жиры(г) | углевод | | | |
| 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 |
| итоگو: | | 535 | 19 | 17,99 | 75,92 | 484,29 | | 82,25 |

ИП Шевченко О.Г.

"Утверждаю"

СОГЛАСОВАНО

Директор МКОУ "Советская СШ"

меню 20 марта

2023

Н.Н. Андреева

возрастная категория 12-18

лет

| прием пищи | наименование блюда | выходные вещества | | | | энергет. ценность | № рецепта | цена, руб. |
|---------------|-----------------------|-------------------|-------|---------|---------|----------------------|--------------|---------------|
| | | блюда | белки | жиры(г) | углевод | | | |
| 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 |
| итоگو: | | 585 | 13,3 | 11,05 | 89,93 | 496,85 | | 82,25 |

ИП Шевченко О.Г.

"Утверждаю"

СОГЛАСОВАНО

Директор МКОУ "Советская СШ"

Меню для ОВЗ

Меню 1-11 ОВЗ

Н.Н. Андреева

20 марта

2023 г

| прием пищи | наименование блюда | выходные вещества | | | | энергет. ценность | ЦЕНА |
|---------------------------------|----------------------------------|-------------------|-------|---------|---------|----------------------|--------|
| | | блюда | белки | жиры(г) | углевод | | |
| 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 |
| | макароньы 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 |
| итоگو: | | 1250 | 41,3 | 29,25 | 167,2 | 1092,48 | 112,25 |