



МКОУ  
«Советская СШ»  
СОГЛАСОВАНО  
Директор МКОУ «Советская СШ»  
Н.Н. Андреева

"Утверждаю"  
ИП Шевченко О.Г.  
меню 20 октября 2023  
возрастная категория 7-11 лет

прием пищи	наименование блюда	выход блюда	пищевые вещества			энергет. ценность	№ рецепта	цена, руб.
			белки (г)	жиры(г)	углеводь			
день 10	гречка отварная	150	7,46	5,61	35,84	230,5	№679 сбор	14,89
завтрак	шницель	100	15,55	11,55	15,7	228,75	№275 сбор	40,47
	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 сбор	6,67
	горошек зеленый к	60	3,6	0,1	9,8	55	ПР	17,22
ИТОГО		540	29,188	17,57	91	640,94		82,25

"Утверждаю"  
ИП Шевченко О.Г.  
меню 20 октября 2023  
возрастная категория 12-18 лет

прием пищи	наименование блюда	выход блюда	пищевые вещества			энергет. ценность	№ рецепта	цена, руб.
			белки (г)	жиры(г)	углеводь			
день 10	гречка отварная	180	8,95	6,73	43	276,53	№679 сбор	16,89
завтрак	шницель	100	15,55	11,55	15,7	228,75	№275 сбор	40,47
	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
	горошек зеленый к	60	3,6	0,1	9,8	55	ПР	17,22
ИТОГО		570	30,73	18,68	97,83	663,58		82,25

"Утверждаю"  
ИП Шевченко О.Г.  
Меню 1-11 ОВЗ  
20 октября 2023

прием пищи	наименование блюда	выход блюда	пищевые вещества			энергет. ценность	№ рецепта	ЦЕНА
			белки (г)	жиры(г)	0			
1	2	3	4	5	6	9		
завтрак	вареники с картофе	200	12,02	10,23	78,23	345	ПР	20,33
	кофейный напиток	200	3,17	2,68	15,95	100,6	№395 сбор	9,67
обед	икра овощная	100	1,2	4,71	7,71	78	ПР	14,77
	суп картофельный с	250	2,69	2,84	17,14	104,75	№208 сбор	18,03
	картофельное пюре	180	3,67	5,76	24,53	164,7	№694 сбор	16,89
	рыба припущенная	100	17,54	2,38	0,31	92,5	№245 сбор	21,11
	компот фруктовый	200	0,2	0,2	22,3	110	№859 сбор	6
	хлеб пшеничный 1 с	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	45,71	29,57	193,72	1137,3		112,25