



СОГЛАСОВАНО
Директор МКОУ "Советская СШ"

Н.Н. Андреева

ИП Шевченко О.Г.
"Утверждаю"

меню 22 января

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 маслом	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 22 января

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 маслом	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

"Утверждаю"

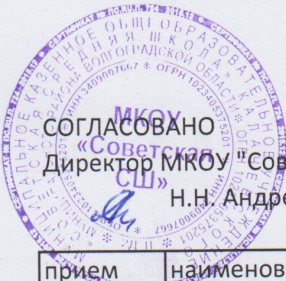


СОГЛАСОВАНО
Директор МКОУ "Советская СШ"
Н.Н. Андреева

Меню 7-11 лет ОБЗ
22.01.2024

прием пищи	наименование блюда	выход блюда (г)	пищевые вещества			энергет. ценность	ЦЕНА
			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 кон	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 со	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

"Утверждаю"



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

Меню 12-18 лет ОБЗ
22.01.2024

прием пищи	наименование блюда	выход блюда (г)	пищевые вещества			энергет. ценность	ЦЕНА
			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 кон	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 со	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