

"Утверждаю"

ИП Шевченко О.Г.

СОГЛАСОВАНО

Директор МКОУ "Советская СШ"
Н.Н.Андреева

меню 22.03.2024 г. г.
возрастная категория 7-11 лет

прием пищи	наименование блюда	выход блюда	пищевые вещества			энергет ценнос	№ рецеп	цена, руб.
			(белки	жиры)	(углеводы)			
день 5								
завтрак	макароны отварные	150	2,36	2,21	30,25	135	688	10,05
	куриные окорочка отварные с ма	100	12,23	11,9	4,69	221,3	ПР	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	6,67
	овощная нарезка с м/р	100	1,06	5,08	8,65	85,9	43	18,47
итого:		580	18,23	19,45	73,25	568,89		87,36



"Утверждаю"

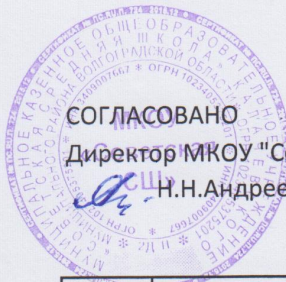
ИП Шевченко О.Г.

СОГЛАСОВАНО

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

меню 22.03.2024 г. г.
возрастная категория 12-18 лет

прием пищи	наименование блюда	выход блюда	пищевые вещества			энергет ценнос	№ рецеп	цена, руб.
			(белки	жиры)	(углеводы)			
день 5								
завтрак	макароны отварные	180	3,45	3,65	32,02	180	688	12,05
	куриные окорочка отварные с ма	100	14,52	13,5	8,97	256	288	49,17
	хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,43	0,3	15,33	75,3	ПР	3
	чай с сахаром	200	0,14	0,01	14,33	51,44	943	4,67
	овощная нарезка с м/р	100	1,06	5,08	8,65	85,9	43	18,47
итого:		610	21,6	22,58	79,3	648,64		87,36



СОГЛАСОВАНО

Директор МКОУ "Советская СШ"
Н.Н.Андреева

"Утверждаю"

ИП Шевченко О.Г.

Меню 7-11 лет ОБЗ

22.03.2024 г.

прием	наименование	выход	пищевые вещества			энергет.	№	цена,
пищи	блюда	блюда (г)	белки (г)	жиры(г)	углеводы(г)	ценность	рецепт	руб.
5 ДЕНЬ								
завтрак	вареники с картофелем	200	12,02	10,23	78,23	345	ПР	20,33
	кофейный напиток	200	3,17	2,68	15,95	100,6	395	9,67
обед	овощная нарезка (сезонная)	100	1,41	5,08	8,65	85,9	43	16,02
	суп крестьянский с ячневой крупой	250	5,99	7,54	15,33	148,28	201	17,14
	макароны отварные с сыром	150	49,58	1,18	33,12	145,03	417	12,05
	биточки	100	15,55	11,55	15,7	228,75	608	30,7
	компот фруктовый	200	0,2	0,2	22,3	110	859	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	39,23	216,83	1305,26		117,36



СОГЛАСОВАНО

Директор МКОУ "Советская СШ"
Н.Н.Андреева

"Утверждаю"

ИП Шевченко О.Г.

Меню 12-18 лет ОБЗ

22.03.2024 г.

прием	наименование	выход	пищевые вещества			энергет.	№	цена,
пищи	блюда	блюда (г)	белки (г)	жиры(г)	углеводы(г)	ценность	рецепт	руб.
5 ДЕНЬ								
завтрак	вареники с картофелем	200	12,02	10,23	78,23	345	ПР	20,33
	кофейный напиток	200	3,17	2,68	15,95	100,6	395	9,67
обед	овощная нарезка (сезонная)	100	1,41	5,08	8,65	85,9	43	16,02
	суп крестьянский с ячневой крупой	250	5,99	7,54	15,33	148,28	201	17,14
	макароны отварные с сыром	180	6,62	5,42	31,73	202,14	688	12,05
	биточки	100	15,55	11,55	15,7	228,75	608	30,7
	компот фруктовый	200	0,2	0,2	22,3	110	859	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:		1280	50,18	43,47	215,44	1362,37		117,36