

"Утверждаю" ИП Шевченко О.Г.

СОГЛАСОВАНО  
Директор МКОУ "Советская СШ"

Н.Н. Андреева

меню 26 января

2023

возрастная категория 7-11 лет

прием пищи	наименование блюда	выход блюда	пищевые вещества			энергет. ценность	№ рецепта	цена, руб.
			белки (г)	жиры(г)	углевод			
день 4	блины с начинкой	190	8,46	6,1	75,78	391,26	ПР	37,67
завтрак	сыр российский	20	4,82	5,9	0,06	72,6	ПР	14,69
	хлеб пшеничный 1 со	30	2,43	0,3	15,33	75,3	ПР	3
	кофейный напиток	200	3,17	2,68	15,95	100,6	№395 сборн	9,67
	конфеты	30	1,2	11,85	16,26	170,7	ПР	17,22
итого:		470	20,08	26,83	123,38	810,46		82,25

"Утверждаю" ИП Шевченко О.Г.

СОГЛАСОВАНО  
Директор МКОУ "Советская СШ"

Н.Н. Андреева

меню 26 января

2023

возрастная категория 12-18 лет

прием пищи	наименование блюда	выход блюда	пищевые вещества			энергет. ценность	№ рецепта	цена, руб.
			белки (г)	жиры(г)	углевод			
день 4	блины со сгущенкой	205	8,46	6,1	75,78	391,26	ПР	39,67
завтрак	сыр российский	15	3,62	4,42	0,04	54,45	ПР	12,69
	хлеб пшеничный 1 со	30	2,43	0,3	15,33	75,3	ПР	3
	кофейный напиток	200	3,17	2,68	15,95	100,6	№395 сборн	9,67
	конфеты	30	1,2	11,85	16,26	170,7	ПР	17,22
итого:		480	18,88	25,35	123,36	792,31		82,25

"Утверждаю" ИП Шевченко О.Г.

СОГЛАСОВАНО  
Директор МКОУ "Советская СШ"

Н.Н. Андреева

Меню 1-11 ОБЗ

26 января

2023 г

прием пищи	наименование блюда	выход блюда (г)	пищевые вещества			№ рецепта	ЦЕНА
			белки (г)	жиры(г)	углеводы(г)		
завтрак	макароны отварные	200	19,85	13,6	84,86	№204 сборн	22,83
	батон нарезной в\с	20	2,43	0,3	15,33	ПР	2,5
	чай с сахаром	200	0,2	0	14	№943 сборн	4,67
обед	овощная нарезка (сез	100	1,41	5,08	8,65	№43 сборн	14,77
	суп картофельный с г	250	5,49	5,28	16,33	№206сборн	14
	голубцы ленивые	210	20,75	23,87	17,66	№304сборн	41,53
	кисель	200	0,11	0,12	25,09	№352сборн	6,5
	хлеб пшеничный 1 со	25	2,41	0,25	14,2	ПР	2,67
	хлеб ржаной	25	2,81	0,52	13,35	ПР	2,78
итого:		1230	55,46	49,02	209,47		112,25