

"Утверждаю"

ИП Шевченко О.Г.

СОГЛАСОВАНО

Директор МКОУ "Советская СШ"

Н.Н.Андреева

меню 27 января 2023 г  
возрастная категория 7-11 лет

прием	наименование	выход	пищевые вещества			энергет	№	цена,
пищи	блюда	блюда	белки	жиры	углеводы	ценнос	рецепт	руб.
день 5	макароны отварные	150	5,52	4,52	26,45	168,5	№688с	10,05
<b>завтрак</b>	куриные окорочка отварные с ма	100	23,46	25,8	0,5	328	№сбор	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	№154с	6,67
	овощная нарезка с м/р	100	1,41	5,08	8,65	85,9	№43сб	17,22
<b>итого:</b>		<b>580</b>	<b>32,97</b>	<b>35,7</b>	<b>65,26</b>	<b>709,1</b>		<b>82,25</b>

"Утверждаю"

ИП Шевченко О.Г.

СОГЛАСОВАНО

Директор МКОУ "Советская СШ"

Н.Н.Андреева

меню 27 января 2023 г  
возрастная категория 12-18 лет

прием	наименование	выход	пищевые вещества			энергет	№	цена,
пищи	блюда	блюда	белки	жиры	углеводы	ценнос	рецепт	руб.
день 5	макароны отварные	180	6,62	5,42	31,73	202,1	№688с	12,05
<b>завтрак</b>	куриные окорочка отварные с ма	100	23,46	25,8	0,5	328	№сбор	45,31
	хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,43	0,3	15,33	75,3	ПР	3
	чай с сахаром	200	0,2	0	14	28	№943с	4,67
	овощная нарезка с м/р	100	1,41	5,08	8,65	85,9	№43сб	17,22
<b>итого:</b>		<b>610</b>	<b>34,12</b>	<b>36,6</b>	<b>70,21</b>	<b>719,3</b>		<b>82,25</b>

"Утверждаю"

ИП Шевченко О.Г.

СОГЛАСОВАНО

Директор МКОУ "Советская СШ"

Н.Н.Андреева

Меню 1-11 ОБЗ  
27 января 2023 г

прием	наименование	выход	пищевые вещества			энергет	№	цена,
пищи	блюда	блюда	белки	жиры	углеводы	ценнос	рецепт	руб.
<b>5 ДЕНЬ</b>								
<b>завтрак</b>	вареники с картофелем	200	12,02	10,2	78,23	345	ПР	20,33
	кофейный напиток	200	3,17	2,68	15,95	100,6	№395с	9,67
	овощная нарезка (сезонно)	100	1,41	5,08	8,65	85,9	№81сб	14,77
<b>обед</b>	суп крестьянский с ячневой круп	250	5,99	7,54	15,33	148,3	№201с	17,14
	макароны отварные с овощами	150	49,58	1,18	33,12	145	№688с	12,05
	биточки	100	15,55	11,6	15,7	228,8	№608с	26,84
	компот фруктовый	200	0,2	0,2	22,3	110	№859с	6
	хлеб пшеничный 1 сорт	25	2,41	0,25	14,2	71,5	ПР	2,67