



"Утверждаю"
ИП Шевченко О.Г.

меню
возрастная категория 7-11 лет
29 января 2024 г

прием пищи	наименование блюда	выход блюда	пищевые вещества			энергет. ценность	№ рецепт	цена, руб.
			белки (г)	жиры(г)	углевод			
день 6								
завтрак	каша вязкая с масл	160	9,38	8,76	29,87	221,25	168	41,53
	хлеб пшеничн ый 1с/ Сыр российск							
	ий	50	7,25	5,72	15,39	138		17,69
	яблоки свежие	100	0,4	0,4	9,8	47		18,47
	кофейный напиток	200	0,28	2,05	15,95	100,6	395	87,36
ИТОГО		510	17,31	16,93	71,01	506,85		87,36



"Утверждаю"
ИП Шевченко О.Г.

меню
возрастная категория 12-18 лет
29 января 2024 г

прием пищи	наименование блюда	выход блюда	пищевые вещества			энергет. ценность	№ рецепт	цена, руб.
			белки (г)	жиры(г)	углевод			
день 6								
завтрак	каша вязкая с масл	210	12,35	12,54	38,98	346	168	43,53
	хлеб пшеничн ый 1с/ Сыр российск							
	ий.	45	8	5,72	15,37	129,75		15,69
	фрукты	100	0,4	0,4	9,8	47		18,47
	кофейный напиток	200	0,28	2,05	15,95	100,6	395	9,67
ИТОГО		555	21,03	20,71	80,1	623,35		87,36



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

"Утверждаю"
 ИП Шевченко О.Г.

Меню 7-11 лет ОБЗ
 29 января 2024 г.

прием	наименование	выход	пищевые вещества			№	ЦЕНА	
пищи	блюда	блюда (г)	белки (г)	жиры(г)	углеводы(г)	рецепта		
6 день								
завтрак	каша жидкая молочн	200	5,1	10,72	33,42	251	182	22,83
	батон нарезной в/с	20	2,43	0,3	15,33	75,3	ПР	2,5
	чай с сахаром	200	0,2	0	14	28	943	4,67
обед	горошек консервиров	50	3,2	0,1	9,6	54	ПР	16,02
	суп картофельный с м	250	2,69	2,84	17,14	104,75	208	18,03
	гречка отварная	150	7,46	5,61	35,84	230,45	336	14,89
	печень куриная туше	100	13,2	8,82	2,62	160	261	24,97
	крекер	10	1,1	1,02	10,25	45,25		2
	компот из с/ф	200	0,2	0,2	22,3	110	859	6
	хлеб пшеничный 1 со	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		1230	40,8	30,38	188,05	1200,45		117,36



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

"Утверждаю"
 ИП Шевченко О.Г.

Меню 12-18 лет ОБЗ
 29 января 2024 г.

прием	наименование	выход	пищевые вещества			№	ЦЕНА	
пищи	блюда	блюда (г)	белки (г)	жиры(г)	углеводы(г)	рецепта		
6 день								
завтрак	каша жидкая молочн	200	5,1	10,72	33,42	251	182	22,83
	батон нарезной в/с	20	2,43	0,3	15,33	75,3	ПР	2,5
	чай с сахаром	200	0,2	0	14	28	943	4,67
обед	горошек консервиров	50	3,2	0,1	9,6	54	ПР	16,02
	суп картофельный с м	250	2,69	2,84	17,14	104,75	208	18,03
	гречка отварная	150	8,95	6,73	43	276,53	336	16,89
	печень куриная туше	100	13,2	8,82	2,62	160	261	24,97
	компот из с/ф	200	0,2	0,2	22,3	110	859	6
	хлеб пшеничный 1 со	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	41,19	30,48	184,96	1201,28		117,36