

Утверждено: ИП Плюхина Наталья Иосифовна <i>Плюхина Н.И.</i> (Ф.И.О.)	Согласовано: Директор МКОУ <i>Губадской ОМ</i> <i>Дуброва И.И.</i> (Ф.И.О.)
--	--



## МЕНЮ

### Бесплатное горячее питание

на « 19 » сентября 2022г.

#### 1. Возрастная группа 7-11 лет

3 день

День: среда  
Неделя: первая

	Наименование блюд	Выход (в гр.)	Пищевые вещества в гр.			Энергетическая ценность (ккал)	Стоим. пор. ру
			Б	Ж	У		
1	Котлета рубленая из говядины	100	18	13,2	18,36	249,84	
2	Макароны отварные	150	5,3	6,1	35,2	220	
3	Закуска (овощи отварные, соленые, свежие)	60	1,4	0,2	6,6	30	
4	Кисель фруктовый	200	0	0	30,6	118	
5	Хлеб пеклеванный	50	2,66	0,42	17,22	83,16	
6	Фрукт свежий (поштучно по сезону)	100	1,9	0,22	15,5	70,5	
	<b>Итого</b>		<b>29,26</b>	<b>20,14</b>	<b>123,48</b>	<b>771,50</b>	

77-

#### 2. Возрастная группа 12-18 лет

	Наименование блюд	Выход (в гр.)	Пищевые вещества в гр.			Энергетическая ценность (ккал)	Стоим. пор. ру
			Б	Ж	У		
1	Котлета рубленая из говядины	100	18	13,2	18,36	249,84	
2	Макароны отварные	180	5,1	9,3	42,2	263	
3	Закуска (овощи отварные, соленые, свежие)	100	2,40	0,40	11,00	50,00	
4	Кисель фруктовый	200	0	0	30,6	118	
5	Хлеб пеклеванный	50	2,65	0,42	17,22	83,16	
6	Фрукт свежий (поштучно по сезону)	100	1,8	0,22	15,5	70,5	
	<b>Итого</b>		<b>29,95</b>	<b>23,54</b>	<b>134,88</b>	<b>834,50</b>	

77-

Повар: *В.И.*

Ответственный по питанию по школе: *И.И.*