

«Согласовано»

Директор МОУ СОШ № 1

*Иванов* / *Иванова*

«Утверждаю»

ИП Чекунов О.А.

*Чекунов*



МЕНЮ на «23» 01 2023 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	Энергетическая ценность, ккал
<b>Завтрак</b> (возрастная категория 7-11 лет)						
1	Бутерброд с маслом сливочным	10/30	2,3	5,5	14,7	146
2	Каша молочная пшеничная жидкая	200	7,6	7,2	23,2	267
3	Яблоко свежее	150	0,6	0,6	14,3	68
4	Чай с молоком	200/15	1,6	1,6	17,3	87
	<b>Итого:</b>	<b>590</b>	<b>12,1</b>	<b>14,9</b>	<b>69,5</b>	<b>568</b>
	<b>Стоимость рациона:</b>					
<b>Завтрак</b> (возрастная категория 12 лет и старше)						
1	Бутерброд с маслом сливочным	10/40	3,7	5,5	19,6	169
2	Каша молочная пшеничная жидкая	250	9,5	9	29	334
3	Яблоко свежее	150	0,6	0,6	14,3	68
4	Чай с молоком	200/15	1,6	1,6	17,3	87
	<b>Итого:</b>	<b>650</b>	<b>15,4</b>	<b>16,7</b>	<b>80,2</b>	<b>658</b>
	<b>Стоимость рациона:</b>					

Зав. производством \_\_\_\_\_

Экономист по ценам \_\_\_\_\_

*С.И. Иванов*



«Согласовано»

Директор МОУ СОШ г. Чиряба №1

*Чиряба №1*

«Утверждаю»

ИП Чекунков О.А.

*О.А. Чекункова*



МЕНЮ на «24» 01 2023 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	Энер.цен-ность, ккал
<b>Завтрак</b> (возрастная категория 7-11 лет)						
1	Котлета рубленая из птицы	90	14,6	18,7	13,6	223
2	Макаронные изделия отварные	150	5,5	5,7	33,3	206
3	Соус томатный	30	0,2	0,7	1,5	13
4	Чай с сахаром	200/15	0,1	0	15	59
5	Хлеб пшеничный	30	2,2	0,2	14,6	69
	<b>Итого:</b>	<b>515</b>	<b>22,6</b>	<b>25,3</b>	<b>77,8</b>	<b>570</b>
	<b>Стоимость рациона:</b>					
<b>Завтрак</b> (возрастная категория 12 лет и старше)						
1	Котлета рубленая из птицы	100	16,2	2,8	15,1	248
2	Макаронные изделия отварные	180	6,5	6,8	28,2	248
3	Соус томатный	30	0,2	0,7	1,5	13
4	Чай с сахаром	200/15	0,1	0	15	59
5	Хлеб пшеничный	40	3	0,2	19,5	92
	<b>Итого:</b>	<b>565</b>	<b>26</b>	<b>10,5</b>	<b>79,3</b>	<b>660</b>
	<b>Стоимость рациона:</b>					

Зав. производством \_\_\_\_\_

Экономист по ценам \_\_\_\_\_

*О.А. Чекункова*



«Согласовано»

Директор МОУ СОШ № 1

Чирков / Чирков

«Утверждаю»

ИП Чекунков О.А.

Чекунков



МЕНЮ на «25» 01 2023 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
<b>Завтрак</b> (возрастная категория 7-11 лет)						
1	Сыр (порциями)	15	4	4	4,1	54
2	Каша молочная «Геркулес» жидкая	200	8,1	11,5	40,8	300
3	Яйцо вареное	40	5,5	5	0,3	69
4	Чай с лимоном	200/15/7	0,3	0	15,2	60
5	Хлеб пшеничный	40	3	0,2	19,5	92
	<b>Итого:</b>	<b>517</b>	<b>20,9</b>	<b>20,7</b>	<b>79,9</b>	<b>575</b>
	<b>Стоимость рациона:</b>					
<b>Завтрак</b> (возрастная категория 12 лет и старше)						
1	Сыр (порциями)	15	4	4	4,1	54
2	Каша молочная «Геркулес» жидкая	250	10,1	14,4	59,8	340
3	Яйцо вареное	40	5,5	5	0,3	69
4	Чай с лимоном	200/15/7	0,3	0	15,2	60
5	Хлеб пшеничный	40	3	0,2	19,5	92
	<b>Итого:</b>	<b>567</b>	<b>22,9</b>	<b>23,6</b>	<b>98,9</b>	<b>615</b>
	<b>Стоимость рациона:</b>					

Зав. производством \_\_\_\_\_

Экономист по ценам \_\_\_\_\_



«Согласовано»

Директор МОУ СШ № 2 №

Чекунков О.А. / Чекунков О.А.

«Утверждаю»

ИП Чекунков О.А.



МЕНЮ на «26» 01 2023 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	Энер.цен-ность, ккал
<b>Завтрак</b> (возрастная категория 7-11 лет)						
1	Овощи (свежие, или соленые, или вареные)	60	1,3	0,4	7,7	37
2	Фрикадельки из птицы с соусом томатным	90/30	16	12,8	8	191
3	Рис припущенный	150	3,6	4,3	36,7	200
4	Чай с сахаром	200/15	0,1	0	15	59
5	Хлеб пшеничный	40	3	0,2	19,5	92
	<b>Итого:</b>	<b>585</b>	<b>24</b>	<b>17,7</b>	<b>86,9</b>	<b>579</b>
	<b>Стоимость рациона:</b>					
<b>Завтрак</b> (возрастная категория 12 лет и старше)						
1	Овощи (свежие, или соленые, или вареные)	100	2,2	0,4	12,8	62
2	Фрикадельки из птицы с соусом томатным	100/30	17,8	14,2	8,9	212
3	Рис припущенный	180	4,3	5,2	44	220
4	Чай с сахаром	200/15	0,1	0	15	59
5	Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,4	115
	<b>Итого:</b>	<b>675</b>	<b>28,1</b>	<b>20,1</b>	<b>105,1</b>	<b>668</b>
	<b>Стоимость рациона:</b>					

Зав. производством \_\_\_\_\_

Экономист по ценам \_\_\_\_\_

«Согласовано»

Директор МОУ СШ №1  
Чувак / Чувак

«Утверждаю»

ИП Чекунов О.А.



МЕНЮ на «27» 01 2023 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
<b>Завтрак</b> (возрастная категория 7-11 лет)						
1	Бутерброд с маслом сливочным, повидлом	10/30/40	3,3	7,3	31	247
2	Каша молочная «Дружба»	200	5,0	10,1	30,5	261
3	Чай с лимоном	200/15/7	0,3	0	15,2	60
	Итого:	502	8,6	17,4	76,7	568
	Стоимость рациона:					
<b>Завтрак</b> (возрастная категория 12 лет и старше)						
1	Бутерброд с маслом сливочным, повидлом	10/30/40	3,3	7,3	31	247
2	Каша молочная «Дружба»	250	6,9	15,1	43,4	364
3	Чай с лимоном	200/15/7	0,3	0	15,2	60
	Итого:	552	10,5	22,4	89,6	672
	Стоимость рациона:					

Зав. производством \_\_\_\_\_

Экономист по ценам \_\_\_\_\_