

«Согласовано»

Директор МОУ СШ № 1

Чирков

Чирков

«Утверждаю»

ИП Чекунов О.А.

Чекунов



МЕНЮ на «30» 01 2023 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак ОБЗ (возрастная категория 7-11 лет)						
1	Бутерброд с маслом сливочным, повидлом	10/30/40	3,3	7,3	31	247
2	Каша молочная жидкая рисовая с маслом сливочным	200/5	5,6	9,8	30,6	273
3	Чай с сахаром	200/15	0,1	0	15	59
	Итого:	500	9	17,1	76,6	579
2-ой завтрак						
1	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,5	46
2	Чай каркаде с сахаром	180/15	0,2	0	13,5	55
3	Кондитерское изделие	20	1,6	2	14,4	81
	Итого:	300	2,2	2,4	37,4	182
	Стоимость рациона:					
Завтрак ОБЗ (возрастная категория 12 лет и старше)						
1	Бутерброд с маслом сливочным, повидлом	10/30/40	3,3	7,3	31	247
2	Каша молочная жидкая рисовая с маслом сливочным	250/5	7	12,3	38,3	342
3	Чай с сахаром	200/15	0,1	0	15	59
	Итого:	550	10,4	19,6	84,3	648
2-ой завтрак						
1	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,5	46
2	Чай каркаде с сахаром	180/15	0,2	0	13,5	55
3	Кондитерское изделие	30	2,4	3	21,6	121
	Итого:	310	3	3,4	44,6	222
	Стоимость рациона:					

Зав. производством _____

Экономист по ценам _____

«Согласовано»

Директор МОУ ОШ № 1 Чирвова ул. 1

«Утверждаю»

ИП Чекунов О.А. Чекунов

МЕНЮ на «31» 01 2023 г.



№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак ОВЗ (возрастная категория 7-11 лет)						
1	Тефтели с соусом томатным	90/30	9,4	15,8	14,3	223
2	Каша гречневая вязкая	150	6,1	4,8	27,8	178
3	Чай с лимоном	200/15/7	0,3	0	15,2	60
4	Хлеб пшеничный	40	3	0,2	19,5	92
	Итого:	532	18,8	20,8	76,8	553
2-ой завтрак						
1	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,5	46
2	Сок фруктовый	180	0,9	0,2	17,7	80
	Итого:	280	1,3	0,6	27,2	126
	Стоимость рациона:					
Завтрак ОВЗ (возрастная категория 12 лет и старше)						
1	Тефтели с соусом томатным	100/30	10,4	22	15,9	281
2	Каша гречневая вязкая	180	7,3	5,8	33,6	214
3	Чай с лимоном	200/15/7	0,3	0	15,2	60
4	Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	115
	Итого:	582	21,7	28,1	89	670
2-ой завтрак						
1	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,5	46
2	Сок фруктовый	200	1,1	0,2	19,5	83
	Итого:	300	1,5	0,6	29	129
	Стоимость рациона:					

Зав. производством _____

Экономист по ценам _____