

«Согласовано»

«Утверждаю»

Директор МОУ *Сели х. Кутепов*

ИП Чекунков О.А.

*Сели х. Кутепов*

*М.С. Сели х. Кутепов*

*О.А. Чекунков*



МЕНЮ на «        »        2023 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
<b>Завтрак ОБЗ</b> (возрастная категория 7-11 лет)						
1	Овощи (свежие, или соленые, или вареные)	60	1,3	0,4	7,7	37
2	Плов из птицы	200	20,4	23,3	36,5	389
3	Чай с сахаром	200/15	0,1	0	15	59
4	Хлеб пшеничный	40	3	0,2	19,5	92
	<b>Итого:</b>	<b>500</b>	<b>24,8</b>	<b>23,9</b>	<b>78,7</b>	<b>577</b>
<b>2-ой завтрак</b>						
1	Бутерброд с маслом	5/20	1,4	4,7	9,2	84
2	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,5	46
3	Сок фруктовый	180	0,9	0,2	17,7	80
	<b>Итого:</b>	<b>305</b>	<b>2,7</b>	<b>5,3</b>	<b>36,4</b>	<b>210</b>
	<b>Стоимость рациона:</b>					
<b>Завтрак ОБЗ</b> (возрастная категория 12 лет и старше)						
1	Овощи (свежие, или соленые, или вареные)	100	2,2	0,6	12,8	62
2	Плов из птицы	230	23,5	29,1	42	437
3	Чай с сахаром	200/15	0,1	0	15	59
4	Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,4	115
	<b>Итого:</b>	<b>595</b>	<b>29,6</b>	<b>30</b>	<b>94,2</b>	<b>673</b>
<b>2-ой завтрак</b>						
1	Бутерброд с маслом	10/30	2,3	7,5	14,7	135
2	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,5	46
3	Сок фруктовый	180	0,9	0,2	17,7	80
	<b>Итого:</b>	<b>320</b>	<b>3,6</b>	<b>8,1</b>	<b>41,9</b>	<b>261</b>
	<b>Стоимость рациона:</b>					

Зав. производством *Алексей*

Экономист по ценам *[подпись]*