

Утверждено: *Плюхина Наталья Лосифовна*  
 Директор МКОУ *Лосифова Н.И.*  
 Коллегиано: *Лосифова Н.И.*  
 2023г.

**МЕНЮ**

Бесплатное горячее питание на « *опека* » 2023г.



Завтрак	Наименование блюд	Выход (в гр.)	Пищевые вещества в гр.			Энерг. ценность (ккал)	Стоимость руб
			Б	Ж	У		
1	Котлета рубленая из говядины	90	10,08	8,64	10,17	162,36	
2	Макаронные отварные	200	6,7	9,78	44,2	269,33	
3	Закуска (овощи отварные, соленые, свежие)	60	1,40	0,20	6,60	30,00	
4	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	39,96	
5	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,20	0,40	19,80	92,00	
	<b>Итого</b>	<b>590</b>	<b>20,38</b>	<b>19,02</b>	<b>90,77</b>	<b>593,65</b>	<b>88-00</b>

День: среда  
 Неделя: первая  
 Возрастная категория: 7 лет - 11 лет

Завтрак	Наименование блюд	Выход (в гр.)	Пищевые вещества в гр.			Энерг. ценность (ккал)	Стоимость руб
			Б	Ж	У		
	Котлета рубленая из говядины	100	11,20	9,60	11,30	180,40	
	Макаронные отварные	200	6,7	9,8	44,29	269,73	
	Закуска (овощи отварные, соленые, свежие)	100	2,33	0,33	11,00	50,00	
	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	39,96	
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,20	0,40	19,80	92,00	
	<b>Итого</b>	<b>640</b>	<b>22,43</b>	<b>20,13</b>	<b>96,39</b>	<b>632,09</b>	<b>88-00</b>

День: среда  
 Неделя: первая  
 Возрастная категория: 12 лет - 18 лет

Ответственный по питанию по школе:

*Мухоморова*

*Б-1*