

«Согласовано»

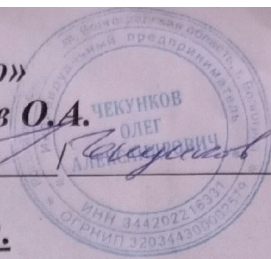
Директор МОУ СШ №1

Чирков / Чирков

«Утверждаю»

ИП Чекунков О.А.

Чекунков



МЕНЮ на «10» 04 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 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
	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 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
	Стоимость рациона:					

Зав. производством Чекунков

Экономист по ценам Чекунков

«Согласовано»

Директор МОУ СОШ № 5  
Чайво д.т.

«Утверждаю»

ИП Чекунков О.А.  
Чекунков

МЕНЮ на «11» 04 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	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
	<b>Итого:</b>	<b>532</b>	<b>18,8</b>	<b>20,8</b>	<b>76,8</b>	<b>553</b>
	<b>Стоимость рациона:</b>					
<b>Завтрак</b> (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
	<b>Итого:</b>	<b>582</b>	<b>21,7</b>	<b>28,1</b>	<b>89</b>	<b>670</b>
	<b>Стоимость рациона:</b>					

Зав. производством Чекунков

Экономист по ценам Чекунков

2



«Согласовано»

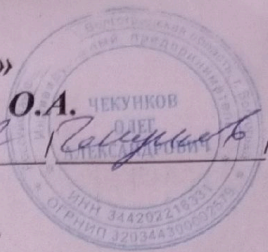
Директор МОУ СОШ № 1

Чекунков / Чекунков

«Утверждаю»

ИП Чекунков О.А.

Чекунков



МЕНЮ на «13» 04 2023 г.

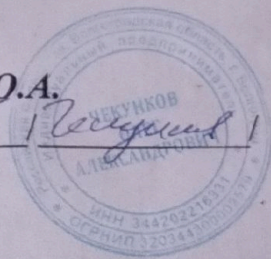
№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
<b>Завтрак</b> (возрастная категория 7-11 лет)						
1	Овощи (свежие, или соленые, или вареные)	60	1,3	0,4	7,7	37
2	Котлета рыбная любительская	90	12,3	12,8	9,8	126
3	Картофель отварной или пюре картофельное	150	3,1	7,4	21,6	165
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>555</b>	<b>19,8</b>	<b>20,8</b>	<b>73,4</b>	<b>479</b>
	<b>Стоимость рациона:</b>					
<b>Завтрак</b> (возрастная категория 12 лет и старше)						
1	Овощи (свежие, или соленые, или вареные)	100	2,2	0,6	12,8	62
2	Котлета рыбная любительская	100	13,7	14,2	10,9	140
3	Картофель отварной или пюре картофельное	180	3,7	8,9	25,9	198
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>645</b>	<b>23,4</b>	<b>24</b>	<b>88,8</b>	<b>574</b>
	<b>Стоимость рациона:</b>					

Зав. производством \_\_\_\_\_

Экономист по ценам \_\_\_\_\_

«Согласовано»  
Директор МОУ СОШ № 1  
*Чекунков О.А.*

«Утверждаю»  
ИП Чекунков О.А.  
*Чекунков О.А.*



МЕНЮ на «14» 04 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	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
	Итого:	500	24,8	23,9	78,7	577
	Стоимость рациона:					
<b>Завтрак</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
	Итого:	595	29,6	30	94,2	673
	Стоимость рациона:					

Зав. производством *Чекунков О.А.*

Экономист по ценам *Б.*