

«Согласовано»

Директор МОУ №

«Утверждаю»

ИП Чекунков О.А.

МЕНЮ на 2 мая 2023 г.

7 день

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак ОВЗ (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
	Итого:	515	22,6	25,3	77,8	570
2-ой завтраки						
1	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,5	46
2	Чай с молоком	180	1,5	1,1	15,6	78
3	Кондитерское изделие	20	1,6	2	14,4	81
	Итого:	300	3,5	3,5	39,5	205
	Стоимость рациона:					
Завтрак ОВЗ (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
	Итого:	565	26	10,5	79,3	660
2-ой завтрак						
1	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,5	46
2	Чай с молоком	180	1,5	1,1	15,6	78
3	Кондитерское изделие	30	2,4	3	21,6	121
	Итого:	310	4,3	4,5	46,7	245
	Стоимость рациона:					

Зав. производством

Экономист по ценам

«Согласовано»

Директор МОУ

№

«Утверждаю»

ИП Чекунов О.А.

МЕНЮ на 3 мая 2023 г.

8 день

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак ОВЗ (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
	Итого:	517	20,9	20,7	79,9	575
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
3	Кондитерское изделие	20	1,6	2	14,4	81
	Итого:	300	2,9	2,6	41,6	207
	Стоимость рациона:					
Завтрак ОВЗ (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
	Итого:	567	22,9	23,6	98,9	615
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
3	Кондитерское изделие	30	2,4	3	21,6	121
	Итого:	310	3,7	3,6	48,8	247
	Стоимость рациона:					

Зав. производством

Экономист по ценам

Директор МОУ

ИП Чекунков О.А.

No

МЕНЮ на 7 июля 2023 г.

Дедь

Зав. производством

Экономист по ценам

«Согласовано»
Директор МОУ

№

«Утверждаю»
ИП Чекунов О.А.

МЕНЮ на Блины 2023 г.

10 день

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	Энер.цен ность, ккал
Завтрак ОВЗ (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
2-ой завтрак						
1	Бутерброд с маслом	5/20	1,4	4,7	9,2	85
2	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,5	46
3	Чай с сахаром	180/15	0,2	0	13,5	52
	Итого:	320	2	5,1	32,2	136
	Стоимость рациона:					
Завтрак ОВЗ (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
2-ой завтрак						
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	Чай с сахаром	180/15	0,2	0	13,5	52
	Итого:	335	2,9	7,9	37,7	233
	Стоимость рациона:					

Зав. производством

Экономист по ценам