

«Согласовано»

«Утверждаю»

Директор МОУ *Школы № 1* *ИП Чекунов О.А.*

МЕНЮ на *10 мая* 2023 г.

| №<br>п/п                                                 | Наименование блюда                             | Выход,<br>г | Белки,<br>г | Жиры,<br>г | Углево<br>ды, г | Энер.цен<br>ность,<br>ккал |
|----------------------------------------------------------|------------------------------------------------|-------------|-------------|------------|-----------------|----------------------------|
| <b>Завтрак</b><br>(возрастная категория 7-11 лет)        |                                                |             |             |            |                 |                            |
| 1                                                        | Каша молочная манная жидкая с маслом сливочным | 200/10      | 5,5         | 6,8        | 33,6            | 242                        |
| 2                                                        | Яйцо вареное                                   | 40          | 5,5         | 5          | 0,3             | 67                         |
| 3                                                        | Кофейный напиток                               | 200         | 2,5         | 3,6        | 28,7            | 152                        |
| 4                                                        | Хлеб пшеничный                                 | 50          | 3,7         | 0,3        | 24,4            | 115                        |
|                                                          | Итого:                                         | 500         | 17,2        | 15,7       | 87              | 576                        |
|                                                          | Стоимость рациона:                             |             |             |            |                 |                            |
| <b>Завтрак</b><br>(возрастная категория 12 лет и старше) |                                                |             |             |            |                 |                            |
| 1                                                        | Каша молочная манная жидкая с маслом сливочным | 250/10      | 6,9         | 7,9        | 42              | 283                        |
| 2                                                        | Яйцо вареное                                   | 40          | 5,5         | 5          | 0,3             | 67                         |
| 3                                                        | Кофейный напиток                               | 200         | 2,5         | 3,6        | 28,7            | 152                        |
| 4                                                        | Хлеб пшеничный                                 | 50          | 3,7         | 0,3        | 24,4            | 115                        |
|                                                          | Итого:                                         | 550         | 18,6        | 16,8       | 95,4            | 617                        |
|                                                          | Стоимость рациона:                             |             |             |            |                 |                            |

Зав. производством

Экономист по ценам

«Согласовано»

«Утверждаю»

Директор МОУ *Исследовательское* ИП Чекунов О.А.

*Басов*

*Александров*

МЕНЮ на 11 июля 2023 г.

| №<br>п/п                                                 | Наименование блюда                       | Выход,<br>г | Белки,<br>г | Жиры,<br>г | Углево<br>ды, г | Энер.цен<br>ность,<br>ккал |
|----------------------------------------------------------|------------------------------------------|-------------|-------------|------------|-----------------|----------------------------|
| <b>Завтрак</b><br>(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                         |
|                                                          | Итого:                                   | 555         | 19,8        | 20,8       | 73,4            | 479                        |
|                                                          | Стоимость рациона:                       |             |             |            |                 |                            |
| <b>Завтрак</b><br>(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                        |
|                                                          | Итого:                                   | 645         | 23,4        | 24         | 88,8            | 574                        |
|                                                          | Стоимость рациона:                       |             |             |            |                 |                            |

Зав. производством

Экономист по ценам

«Согласовано»

Директор МОУ *Средняя общеобразовательная школа №1*

«Утверждаю»

ИП Чекунов О.А.

МЕНЮ на 12 мая 2023 г.

| № п/п                                                    | Наименование блюда                        | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал |
|----------------------------------------------------------|-------------------------------------------|----------|----------|---------|-------------|-------------------------------|
| <b>Завтрак</b><br>(возрастная категория 7-11 лет)        |                                           |          |          |         |             |                               |
| 1                                                        | Овощи (свежие, или соленные, 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><br>(возрастная категория 12 лет и старше) |                                           |          |          |         |             |                               |
| 1                                                        | Овощи (свежие, или соленные, 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 \_\_\_\_\_

Экономист по ценам \_\_\_\_\_