

«Согласовано»

Директор МБОУ ГСШ № 2

«Утверждаю»

ИП Чекунков О.А.

О.А. Чекунков/

МЕНЮ на «13» *сентября* 2023 г

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
<b>Обед</b> (возрастная категория 7-11 лет)						
1	Помидор свежий	60	0,5	0,1	1,0	8
2	Суп из овощей	200	1,5	3,0	8,9	68
3	Фрикадельки рыбные	90	12,0	12,8	9,8	126
4	Соус томатный	30	1,1	2,5	2,5	52
5	Картофель отварной или пюре картофельное	150	4,0	4,0	39,4	211
6	Компот из яблок	200	0,2	0,2	27,1	111
7	Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	115
8	Хлеб пеклеваный	40	2,5	0,4	16,5	79
	<b>Итого:</b>	<b>790</b>	<b>25,5</b>	<b>23,3</b>	<b>129,5</b>	<b>770</b>
<b>Полдник</b>						
1	Фрукты свежие (яблоко)	120	0,5	0,5	11,4	55
2	Сок фруктовый	180	0,9	0,2	17,7	80
	<b>Итого:</b>	<b>300</b>	<b>1,4</b>	<b>0,7</b>	<b>29,1</b>	<b>135</b>
	<b>Стоимость рациона:</b>					
<b>Обед</b> (возрастная категория 12 лет и старше)						
1	Помидоры свежие	100	2,2	0,7	12,8	62
2	Суп из овощей	250	1,9	3,8	11,1	85
3	Фрикадельки рыбные	100	13,3	14,2	10,9	140
4	Соус томатный	30	1,1	2,5	2,5	52
5	Картофель отварной или пюре картофельное	180	4,7	4,7	47,3	237
6	Компот из яблок	200	0,2	0,2	27,1	111
7	Хлеб пшеничный	60	4,4	0,4	29,2	138
8	Хлеб пеклеваный	50	3,2	0,4	20,6	99
	<b>Итого:</b>	<b>970</b>	<b>31,0</b>	<b>26,9</b>	<b>161,5</b>	<b>925</b>
	<b>Стоимость рациона:</b>					
<b>Полдник</b>						
1	Фрукты свежие (яблоко)	150	0,6	0,6	14,3	68
2	Сок фруктовый	200	1,1	0,2	19,5	83
	<b>Итого:</b>	<b>350</b>	<b>1,7</b>	<b>0,8</b>	<b>33,8</b>	<b>151</b>
	<b>Стоимость рациона:</b>					

Зав. производством \_\_\_\_\_

Экономист по ценам \_\_\_\_\_