

«Согласовано»

Директор МБОУ ГСОШ № 2

МБОУ

ГСОШ № 2

И.О.А.Трачева

«Утверждаю»

И.И. Чекунков О.А.

И.И. Чекунков

О.А. Чекунков

/О.А.Чекунков/

МЕНЮ на «12» 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	Помидоры свежие	60	0,5	0,1	1,0	8
2	Суп картофельный с крупой (рис)	200	1,5	2,2	9,7	70
3	Котлета рубленая из птицы	90	14,6	18,7	13,6	223
4	Макаронные изделия отварные	150	5,5	5,7	33,3	206
5	Напиток из плодов шиповника	200	0,1	0,0	28,2	95
6	Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	92
7	Хлеб пеклеванный	40	2,5	0,4	16,5	79
	<b>Итого:</b>	<b>780</b>	<b>27,7</b>	<b>27,2</b>	<b>121,8</b>	<b>773</b>
<b>Полдник</b>						
1	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,5	46
2	Чай с сахаром (каркадэ)	180	0,2	0,0	13,5	54
3	Кондитерское изделие (печенье)	20	1,6	2,0	14,4	81
	<b>Итого:</b>	<b>300</b>	<b>2,2</b>	<b>2,4</b>	<b>37,4</b>	<b>181</b>
	<b>Стоимость рациона:</b>					
<b>Обед</b> (возрастная категория 12 лет и старше)						
1	Помидоры свежие	100	0,8	0,2	1,7	13
2	Суп картофельный с крупой (рис)	250	1,9	2,8	12,1	88
3	Котлета рубленая из птицы	100	16,2	20,8	15,1	248
4	Макаронные изделия отварные	180	6,5	6,8	28,2	248
5	Напиток из плодов шиповника	200	0,1	0,0	28,2	95
6	Хлеб пшеничный	40	3	0,2	19,5	92
7	Хлеб пеклеванный	40	2,5	0,4	16,5	79
	<b>Итого:</b>	<b>910</b>	<b>31,0</b>	<b>31,2</b>	<b>121,3</b>	<b>862</b>
<b>Полдник</b>						
1	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,5	46
2	Чай с сахаром (каркадэ)	200/15	0,2	0,0	15,0	59
3	Кондитерское изделие (печенье)	50	4,0	5,0	36,0	202
	<b>Итого:</b>	<b>365</b>	<b>4,6</b>	<b>5,4</b>	<b>60,5</b>	<b>308</b>
	<b>Стоимость рациона:</b>					

Зав. производством

Экономист по ценам

*[Signature]*

*[Signature]*