


«Согласовано»  
Директор МБОУ ГСШ №2


«Утверждаю»  
ИП Чекунков О.А.

  
/О.А.Ткачев/

  
/О.А.Чекунков/

МЕНЮ на «11» 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	1,3	0,4	7,7	37
2	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,5	4,0	7,4	72
3	Фрикадельки из птицы с соусом томатным	90/30	16	12,8	8,0	191
4	Рис припущенный с томатом	150	4,0	4,0	39,4	211
5	Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0,0	30,8	127
6	Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	92
7	Хлеб пеклеваный	40	2,5	0,4	16,5	79
	<b>Итого:</b>	<b>810</b>	<b>28,7</b>	<b>21,8</b>	<b>129,3</b>	<b>809</b>
<b>Полдник</b>						
1	Яблоки печеные	100	0,4	0,4	21,9	108
2	Сок фруктовый	200	1,1	0,2	19,5	83
	<b>Итого:</b>	<b>300</b>	<b>1,5</b>	<b>0,6</b>	<b>44,4</b>	<b>191</b>
	<b>Стоимость рациона:</b>					
<b>Обед</b> (возрастная категория 12 лет и старше)						
1	Помидор свежий	100	2,2	0,7	12,8	62
2	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,9	5,0	9,3	90
3	Фрикадельки из птицы с соусом томатным	100/30	17,8	14,2	8,9	213
4	Рис припущенный с томатом	180	4,8	4,8	47,3	253
5	Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0,0	30,8	127
6	Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	115
7	Хлеб пеклеваный	40	2,5	0,4	16,5	79
	<b>Итого:</b>	<b>950</b>	<b>33,3</b>	<b>25,4</b>	<b>149,9</b>	<b>939</b>
<b>Полдник</b>						
1	Яблоки печеные	150	0,6	0,6	37,4	161
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>56,9</b>	<b>245</b>
	<b>Стоимость рациона:</b>					

Зав. производством 

Экономист по ценам 