

«Согласовано»

Директор МБОУ ГС Ш № 2

«Утверждаю»

ИИ Чекунов О.А.

О.А. Чекунов

МЕНЮ на «21» 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 картофельный с горохом	200	4,6	4,4	15,2	118
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 свежих яблок	200	0,2	0,2	19,5	92
7	Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	92
8	Хлеб пеклеваный	40	2,5	0,4	16,5	79
	<b>Итого:</b>	<b>780</b>	<b>27,9</b>	<b>24,6</b>	<b>123,4</b>	<b>777</b>
<b>Полдник</b>						
1	Яблоки печеные	100	0,4	0,4	24,9	108
2	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,3	0,0	15,2	60
	<b>Итого:</b>	<b>322</b>	<b>0,7</b>	<b>0,4</b>	<b>40,1</b>	<b>168</b>
	<b>Стоимость рациона:</b>					
<b>Обед</b> (возрастная категория 12 лет и старше)						
1	Помидор свежий	100	0,8	0,2	1,7	13
2	Суп картофельный с горохом	250	5,8	5,5	15,2	147
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 свежих яблок	200	0,2	0,2	19,5	92
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>950</b>	<b>32,1</b>	<b>28,0</b>	<b>137,9</b>	<b>875</b>
<b>Полдник</b>						
1	Яблоки печеные	150	0,6	0,6	37,4	161
2	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,3	0,0	15,2	60
	<b>Итого:</b>	<b>372</b>	<b>0,9</b>	<b>0,6</b>	<b>52,6</b>	<b>221</b>
	<b>Стоимость рациона:</b>					

Зав. производством 

Экономист по ценам 