

«Согласовано»

Директор МБОУ ГСШ № 2

«Утверждаю»

ИП Чекунков О.А.

/О.А.Чекунков/

МЕНЮ на «18» сентября 2023 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
Обед (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	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	Компот из свежих яблок	200	0,2	0,2	27,1	111
6	Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91
7	Хлеб пеклеванный	40	2,5	0,4	16,5	79
	Итого:	700	27,8	28,3	119,9	787
Полдник						
1	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,5	46
2	Чай с молоком	180	1,5	1,1	15,6	78
3	Кондитерские изделия (вафли)	20	1,6	2,0	14,4	81
	Итого:	300	3,5	3,5	39,5	205
	Стоимость рациона:					
Обед (возрастная категория 12 лет и старше)						
1	Помидор свежий	100	0,8	0,2	1,7	13
2	Суп из овощей	250	1,9	3,8	11,1	85
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	Компот из свежих яблок	200	0,2	0,2	27,1	111
6	Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	115
7	Хлеб пеклеванный	40	2,5	0,4	16,5	79
	Итого:	920	31,8	32,5	124,0	899
Полдник						
1	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,5	46
2	Чай с молоком	200	1,6	1,2	17,3	87
3	Кондитерские изделия (вафли)	50	4,0	5,0	36,0	202
	Итого:	350	6,0	6,6	62,8	335
	Стоимость рациона:					

Зав. производством

Экономист по ценам