

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ № 1

2023 г.

меню

Наименование в номер меню № 1
Дата: 2023.09.08
Итого: 1
Всего: 1
Возрастная категория: 12 лет и старше

№ п/п	Пример меню, наименование блюда	выход в граммах	Жиры	Белки	Углеводы	Валерийная стоимость	цена
ЗАВТРАК							
1.	Творог клубничная	100	1,68	0,08	20,45	89,28	21,00 Р
2.	Плов из отварной говядины	200	20,40	15,09	32,44	396,00	99,00 Р
3.	Фруктовый чай (с абрикосом)	200	0,60	0,40	10,40	61,80	18,00 Р
4.	Хлеб пшеничный	50	2,98	0,36	21,08	111,62	2,70 Р
5.	Хлеб ржаной	40	2,24	0,43	18,16	80,83	3,00 Р
	Всего:	590	27,90	20,38	102,53	739,54	
							128,70 Р
ОБЕД							
1.	Салат "Витаминный" (абрикос свежий, капуста, морковь)	100	1,18	3,20	8,88	69,13	20,00 Р
2.	Рисовый суп	250	2,53	4,25	14,98	127,26	25,00 Р
3.	Голубцы ленивые	100	8,33	8,50	8,26	190,40	52,00 Р
4.	Каши овсяная (желе)	180	5,58	10,98	11,08	257,20	22,00 Р
5.	Напиток из плодов шиповника	200	0,30	0,00	15,20	62,00	10,00 Р
6.	Хлеб пшеничный	60	3,58	0,43	25,30	133,94	3,00 Р
7.	Хлеб ржаной	40	2,24	0,43	18,16	80,83	3,00 Р
8.	Фрукты свежие (Яблоко кубанское)	120	0,50	0,50	12,25	55,50	15,00 Р
	Всего:	1050	24,24	30,31	132,10	976,27	150,00 Р

Директор МБОУ СОШ № 1

Зав. производством ООО "Ваша свежая капуста"

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ № 1

2023 г.

меню

Наименование в номер меню № 2

Дата: 2023.09.08

Итого: 1

Всего: 1

Возрастная категория: 7-11 лет

№ п/п	Пример меню, наименование блюда	выход в граммах	Жиры	Белки	Углеводы	Валерийная стоимость	цена
ЗАВТРАК							
1.	Творог клубничная	60	1,01	0,05	12,27	53,57	19,00 Р
2.	Плов из отварной говядины	180	18,36	17,19	29,20	356,40	80,00 Р
3.	Фруктовый чай (с абрикосом)	200	0,60	0,40	10,40	61,80	18,00 Р
4.	Хлеб пшеничный	40	2,98	0,36	21,08	111,62	2,70 Р
5.	Хлеб ржаной	25	1,40	0,28	11,35	50,52	2,50 Р
	Всего:	505	23,78	18,21	80,08	611,50	114,00 Р
ОБЕД							
1.	Салат "Витаминный" (абрикос свежий, капуста, морковь)	60	0,71	1,92	5,33	47,64	17,00 Р
2.	Рисовый суп	200	2,02	3,00	11,98	101,80	23,00 Р
3.	Голубцы ленивые	90	7,50	7,65	5,63	171,40	48,50 Р
4.	Каши овсяная (желе)	150	3,23	4,22	25,80	231,80	20,00 Р
5.	Напиток из плодов шиповника	120	0,30	0,00	12,25	55,50	13,00 Р
6.	Хлеб пшеничный	200	0,30	0,00	15,20	62,00	10,00 Р
7.	Хлеб ржаной	60	3,58	0,43	25,30	133,94	3,00 Р
8.	Фрукты свежие (Яблоко кубанское)	20	1,12	0,22	9,08	40,42	2,00 Р
	Всего:	900	18,96	19,88	110,57	844,51	138,50 Р

Директор МБОУ СОШ № 1

Зав. производством ООО "Ваша свежая капуста"

Контрольное блюдо



**Контрольное
блюдо**

