

«Утверждаю»

Директор ООО «МЕГА-ТОРГ»

А. А. Нейжмак

«Согласовано»

Директор МБОУ СОШ № 1



На « 22 » 12 2023г

Меню

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	ЦЕНА
		Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак 1 - 4 классы							
Рыба тушеная с овощами	150	19,45	6,1	5,14	154,56	220,4	36,15
Картофель отварной с зеленью	150	3,12	6	24,87	158,74	833	15,71
Салат из соленых помидор с луком	45	0,1	2,26	2,01	27,37	866,02	7,48
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,08	1,2	15,2	104,6	600,06	2,57
Чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0,04	15	60	300,18	2,39
	585	26,05	15,6	62,22	505,27		64,3
Завтрак 5 - 11 классы							
Рыба тушеная с овощами	150	19,45	6,1	5,14	154,56	220,4	36,15
Картофель отварной с зеленью	150	3,12	6	24,87	158,74	833	15,71
Салат из соленых помидор с луком	65	0,14	3,27	2,91	39,53	866,03	11,04
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,08	1,2	15,2	104,6	600,06	2,57
Хлеб "Любительский" ржано-пшеничный	20	1,42	0,2	9,2	42	600,07	1,44
Чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0,04	15	60	300,18	2,39
	625	27,51	16,81	72,32	559,43		69,3
Обед							
Суп картофельный с фасолью	250	5,52	5,41	19,15	149,29	100,12	11,80
Капуста тушеная с мясом птицы	160	14	15,41	7,03	224,27	220,54	47,08
Напиток из плодов шиповника	200	0,32	0,01	19,45	94,2	300,27	7,75
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,31	0,9	11,4	78,45	600,06	1,93
Хлеб "Любительский" ржано-пшеничный	20	1,42	0,2	9,2	42	600,07	1,44
	680	23,57	21,93	66,23	588,21		70,00
Обед ОВЗ 1 - 4 классы							
Суп картофельный с фасолью	250	5,52	5,41	19,15	149,29	100,12	11,80
Капуста тушеная с мясом птицы	150	13,12	14,45	26,59	210,25	220,54	44,14
Напиток из плодов шиповника	200	0,32	0,01	19,45	94,2	300,27	7,75
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,31	0,9	11,4	78,45	600,06	1,93
Хлеб "Любительский" ржано-пшеничный	20	1,42	0,2	9,2	42	600,07	1,44
Кондитерское изделие	1	1,5	9	17,13	78,3	п/п	12,13
	680	24,19	29,97	102,92	652,49		79,19
Обед ОВЗ 5 - 11 классы							
Суп картофельный с фасолью	250	5,52	5,41	19,15	149,29	100,12	11,80
Капуста тушеная с мясом птицы	150	13,12	14,45	26,59	210,25	220,54	44,14
Напиток из плодов шиповника	200	0,32	0,01	19,45	94,2	300,27	7,75
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,31	0,9	11,4	78,45	600,06	1,93
Хлеб "Любительский" ржано-пшеничный	20	1,42	0,2	9,2	42	600,07	1,44
Кондитерское изделие	20	1,2	1,2	16,87	74,12	п/п	7,13
	775	23,89	22,17	102,66	648,31		74,19

Старший повар _____
 Медсестра _____