

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБОУООШ №14
Машбашев Н.М.
От 13 октября 2023 г.



МЕНЮ
На 13 октября 2023 года
Возрастная категория от 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Икра свекольная	60	1,32	4,20	9,04	71,40	7,70
Бефстроганов	90	13,68	20,79	4,61	261,00	67,49
Макаронные изделия	157,5	5,40	4,90	32,80	196,80	8,04
Чай с сахаром	215	0,10	0,00	13,76	55,13	6,18
Хлеб пшеничный йодированный	20	1,10	0,18	12,00	48,02	1,24
Хлеб ржаной	20	1,00	0,22	9,00	38,00	1,32
ЗАВТРАК	562,50	22,60	30,29	81,21	670,35	91,97
ИТОГО	562,50	22,60	30,29	81,21	670,35	91,97

Повар

Бур

Бурлуцкая К.В.



УТВЕРЖДАЮ:
 Директор МБОУ ООШ №14
 Машбашев Н.М.
 От 13 октября 2023 г.

МЕНЮ
 На 13 октября 2023 года *
 Возрастная категория от 12 до 18 лет

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Икра свекольная	100	2,20	7,00	11,30	119,00	12,45
Бефстроганов	100	15,20	23,10	5,12	290,00	67,49
Макаронные изделия	189	6,48	5,88	39,36	236,16	9,69
Чай с сахаром	215	0,10	0,00	13,76	55,13	6,18
Хлеб пшеничный йодированный	25	1,38	0,23	15,00	60,03	1,55
Хлеб ржаной	25	1,25	0,28	11,25	47,50	1,65
ЗАВТРАК	654,00	26,61	36,49	95,79	807,82	99,01
ИТОГО	654,00	26,61	36,49	95,79	807,82	99,01
Рассольник Ленинградский	250	2,02	5,09	11,98	107,25	6,95
Птица отварная	100	32,12	2,38	1,12	154,75	41,09
Рагу из овощей	180	3,30	8,04	16,34	122,94	13,54
Груши свежие	150	0,48	0,36	12,36	56,40	
Сок яблочный промышленный	200	1,00	0,00	20,20	84,80	8,66
Хлеб пшенич. йодир.	30	1,65	0,27	18,00	72,03	1,86
Хлеб ржаной	30	1,50	0,33	13,50	57,00	1,98
Зефир	40	0,20	0,00	32,00	129,02	9,12
ОБЕД	980,00	42,27	16,47	125,50	784,19	83,20
ИТОГО	1634,00	68,88	52,96	221,29	1592,01	182,21

Повар *Б.М.*

Бурлуцкая К.В.