

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБОУООШ №14
Машбашев Н.М.
От 5 октября 2023 г.


МЕНЮ
На 5 октября 2023 года
Возрастная категория от 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Птица отварная	90,00	28,91	2,14	1,01	139,28	34,47
Рагу из овощей	150	2,75	6,70	13,62	102,45	16,73
Чай с лимоном	207	0,11	0,00	13,96	56,23	1,44
Хлеб пшеничный йодированный	30	1,95	0,27	18,00	72,03	1,86
Пирожок с джемом промышленный	60	1,70	1,70	38,90	185,40	15,00
ЗАВТРАК	537,00	35,42	10,81	85,49	555,39	69,50
ИТОГО	537	35,42	10,81	85,49	555,39	69,50

Повар *БМЧ*

Бурлуцкая К.В.

УТВЕРЖДАЮ:
 Директор МБОУ ООШ №14
 Машбашев Н.М.
 От 5 октября 2023 г.



МЕНЮ
 На 5 октября 2023 года
 Возрастная категория от 12 до 18 лет

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Птица отварная	100	32,12	2,38	1,12	154,75	38,30
Рагу из овощей	180	3,30	8,04	15,13	113,83	20,01
Чай с лимоном	207	0,11	0,00	13,96	56,23	1,44
Хлеб пшеничный йодированный	40	2,20	0,36	24,00	96,04	2,48
Пирожок с джемом промышленный	60	1,70	1,70	38,90	185,40	15,00
ЗАВТРАК	587,00	39,43	12,48	93,11	606,25	77,23
ИТОГО	587,00	39,43	12,48	93,11	606,25	77,23
Икра свекольная	100	2,20	7,00	11,30	119,00	11,25
Суп картофельный с бобовыми (фасолью)	250	5,49	5,27	16,54	148,25	9,29
Котлеты особые из говядины с соусом	130	13,44	17,42	14,01	268,13	64,48
Каша пшеничная со сл.маслом	186	4,18	4,24	24,77	153,73	6,48
Сок яблочный промышленный	200	1,00	0,00	20,20	84,80	8,66
Хлеб пшеничный йодированный	30	1,65	0,27	18,00	72,03	1,86
Хлеб пшеничный - ржаной	30	1,50	0,33	13,50	57,00	1,98
Яблоко свежее	150	0,48	0,48	11,76	56,40	9
ОБЕД	1076,00	29,94	35,01	130,08	959,34	113,00
ИТОГО	1663,00	69,37	47,49	223,19	1565,59	190,23

Повар *Баш*

Бурлуцкая К.В.