

УТВЕРЖДАЮ:

ИП Кивандов А.С.

23 января 2023 г.



СОГЛАСОВАНО:

Директор

23 января 2023 г.

**МЕНЮ ЕЖЕДНЕВНОЕ** для обучающихся от 12 лет и старше ( 5-11 кл) (сезон зима-весна)

в т.ч. Дети с ОВЗ, Дети-инвалиды и Дети мобилизованных граждан

23 января 2023 г.

| Прием пищи, Наименование блюда                   | Выход порции | Цена,руб. | Цена,руб.    | Пищевые вещества, г |          |         | Энергетическая ценность, кКал |
|--------------------------------------------------|--------------|-----------|--------------|---------------------|----------|---------|-------------------------------|
|                                                  |              |           | за род.плату | Б                   | Ж        | У       |                               |
| 1 неделя (понедельник) завтрак                   |              |           |              |                     |          |         |                               |
| Бутерброд с маслом сливочным(30\10)              | 40,00        | 12,56     | 7,79         | 2,36                | 7,49     | 14,89   | 136,00                        |
| Сыр порциями                                     | 30,00        | 11,99     | 10,99        | 5,64                | 5,43     | 0,30    | 72,60                         |
| Крупеник с йогуртом (пшеничная)(150\50)          | 200,00       | 31,72     | 33,62        | 7,60                | 5,85     | 35,00   | 272,85                        |
| Какао с молоком                                  | 200,00       | 11,75     | 9,75         | 4,60                | 3,60     | 12,60   | 100,40                        |
| Хлеб ржано-пшеничный                             | 25,00        | 2,55      | 2,06         | 1,85                | 0,20     | 11,40   | 47,60                         |
| Плоды или ягоды свежие (яблоко)                  | 110,00       | 8,79      | 7,79         | 0,44                | 0,44     | 10,78   | 51,70                         |
|                                                  |              |           |              |                     |          |         |                               |
| Итого                                            | 605,00       | 79,36     | 72,00        | 22,49               | 23,01    | 84,97   | 681,15                        |
| Норма по СанПин 20-25%                           |              |           |              | 18-22,5             | 18,4-23  | 76,6-95 | 544-680                       |
| 1 неделя (понедельник) обед                      |              |           |              |                     |          |         |                               |
| Салат овощной с яблоком                          | 100,00       | 12,80     | 12,80        | 1,16                | 0,19     | 7,20    | 35,10                         |
| Суп картофельный с рыбными фрикадельками(230\20) | 250,00       | 35,71     | 21,60        | 6,18                | 2,77     | 22,39   | 106,00                        |
| Омлет с жареным картофелем                       | 200,00       | 33,86     | 33,86        | 14,20               | 31,66    | 21,08   | 466,60                        |
| Сок фруктовый, ягодный (виноградный)             | 200,00       | 20,04     | 20,04        | 1,00                | 0,00     | 20,20   | 84,80                         |
| Хлеб пшеничный                                   | 60,00        | 4,62      | 4,62         | 4,56                | 0,48     | 28,74   | 142,80                        |
| Хлеб ржано-пшеничный                             | 40,00        | 4,08      | 4,08         | 2,96                | 0,32     | 18,24   | 95,20                         |
| Итого                                            | 850,00       | 111,11    | 97,00        | 30,06               | 35,42    | 117,85  | 930,50                        |
| Норма по СанПин 30 -35%                          |              |           |              | 27--31,5            | 27,6--32 | 114,9-- | 816--952                      |
| 1 неделя (понедельник) полдник                   |              |           |              |                     |          |         |                               |
| Рыба тушеная в томате с овощами                  | 200,00       | 70,23     |              | 11,14               | 7,90     | 7,20    | 209,00                        |
| Хлеб ржано-пшеничный                             | 20,00        | 2,04      |              | 1,11                | 0,12     | 6,84    | 35,70                         |
| Хлеб пшеничный                                   | 20,00        | 1,54      |              | 1,520               | 0,160    | 9,58    | 47,60                         |
| Комопт из свежих плодов (яблоко)                 | 180,00       | 5,55      |              | 0,14                | 0,14     | 20,91   | 103,14                        |
| Итого                                            | 420,00       | 79,36     |              | 13,91               | 8,32     | 44,53   | 395,44                        |
| Норма по СанПин 10 -15%                          |              |           |              | 9--13,5             | 9,2--13, | 38,3-57 | 272-408                       |