

УТВЕРЖДАЮ:
ИП Кивандов А.С.
11 января 2023 г.

СОГЛАСОВАНО:

Директор
11 января 2023 г.

МБОУ

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

11 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 (среда) завтрак							
Овощи натуральные соленые (помидоры)	60,00	10,01	8,01	0,48	0,06	1,02	6,00
Биточки с соусом(50\60)	110,00	40,66	39,66	9,04	9,79	11,83	246,40
Макароны отварные с овощами	180,00	13,07	12,07	5,87	7,19	34,22	225,08
Кофейный напиток	180,00	10,76	7,40	2,84	2,40	15,95	90,54
Хлеб ржано-пшеничный	25,00	2,55	2,55	1,85	0,20	11,40	47,60
Хлеб пшеничный	30,00	2,31	2,31	2,28	0,24	14,37	71,40
Итого	585,00	79,36	72,00	22,36	19,88	88,79	687,02
Норма по СанПин 20-25%				18-22,5	18,4-23	76,6-95,	544-680
1 неделя (среда) обед							
Салат из свеклы с курагой	100,00	13,60	8,60	1,85	6,04	18,06	134,00
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	255,00	9,34	7,34	1,91	8,23	8,68	102,63
Запеканка картофельная с мясом(160\40)	200,00	73,30	69,19	19,33	18,13	23,48	376,32
Компот из свежих плодов (яблоко)	200,00	6,17	5,17	0,16	0,16	27,88	114,60
Хлеб пшеничный	60,00	4,62	3,62	4,56	0,48	28,74	142,80
Хлеб ржано-пшеничный	40,00	4,08	3,08	2,96	0,32	18,24	95,20
Итого	855,00	111,11	97,00	30,77	33,36	125,08	965,55
Норма по СанПин 30 -35%				27--31,5	27,6--32	114,9--1	816--952
1 неделя(среда) полдник							
Каша жидкая молочная (овсянная)	200,00	67,46		7,45	12,21	34,26	271,43
Хлеб пшеничный	20,00	1,54		1,520	0,160	9,58	47,60
Компот из свежих плодов (яблоко)	200,00	6,17		0,16	0,16	27,88	114,60
Фрукты свежие (яблоко)	75,00	4,19		1,13	0,38	0,68	70,88
Итого	495,00	79,36		10,26	12,91	72,40	504,51
Норма по СанПин 10 -15%				9--13,5	9,2--13,8	38,3-57,4	272-408