

Утверждаю

Директор МАОУ МО Динской район



Нахимова

Н.Г.Хубанова

МЕНЮ

«15» января 2024г.

День 6

Завтрак учащихся 7-11 лет 1 смена

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|--------------|--------|---|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | гор. блюдо | 173/15 | Каша вязкая молочная из крупы гречневой (с маслом)/Сыр (порциями) | 240 | 52,48 | 378 | 14 | 17 | 41 |
| | гор. напиток | 376 | Чай с лимоном и сахаром | 200 | 5,55 | 31 | 0 | 0 | 7 |
| | хлеб бел | Н | Хлеб пшеничный | 20 | 1,90 | 43 | 2 | 0 | 10 |
| | Булочное | Н | Мучное кондитерское изделие (кекс) | 40 | 24,37 | 108 | 3 | 0 | 20 |

Обед учащихся 7-11 лет 1 смена

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход | Цена | Калорийность | Белк | Жир | Угл вод |
|------------|----------|--------|-------------------------------------|-------|-------|--------------|------|-----|---------|
| Обед | 1 блюдо | 97 | Суп картофельный | 200 | 13,61 | 93 | 2 | 2 | 16 |
| | 2 блюдо | 251 | Поджарка (свинина) | 100 | 79,99 | 284 | 14 | 18 | 5 |
| | гарнир | 321 | Капуста тушеная (из свежей капусты) | 210 | 34,02 | 166 | 5 | 6 | 27 |
| | напиток | 359 | Кисель из сока плодового с сахаром | 200 | 8,52 | 99 | 0 | 0 | 25 |
| | хлеб бел | Н | Хлеб пшеничный | 30 | 3,06 | 64 | 2 | 0 | 14 |
| | хлеб чер | Н | Хлеб ржаной | 40 | 4,00 | 86 | 2 | 0 | 20 |
| | Булочное | Н | Мучное кондитерское издел (кекс) | 40 | 24,37 | 108 | 3 | 0 | 20 |

Повар

Труфанова С.И.

Утверждаю

Директор МАОУ МО Динской район



И.С.Нахимова

Н.Г.Хубанова.

МЕНЮ

«15» января 2024г.

День 6

Завтрак учащихся 12-18 лет 1 смена

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Ув |
|------------|--------------|--------|---|--------|-------|--------------|-------|------|----|
| Завтрак | гор. блюдо | 173/15 | Каша вязкая молочная из крупы гречневой (с маслом)/Сыр (порциями) | 280 | 52,48 | 378 | 14 | 17 | 4 |
| | гор. напиток | 376 | Чай с лимоном и сахаром | 200 | 5,55 | 31 | 0 | 0 | 7 |
| | хлеб бел | Н | Хлеб пшеничный | 30 | 1,90 | 43 | 2 | 0 | 1 |
| | Булочное | Н | Мучное кондитерское изделие (кекс) | 40 | 24,37 | 108 | 3 | 0 | 2 |

Обед учащихся с 12-18 лет 1 смена

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Ув |
|------------|----------|--------|-------------------------------------|--------|-------|--------------|-------|------|----|
| Обед | 1 блюдо | 97 | Суп картофельный | 250 | 13,61 | 93 | 2 | 2 | 1 |
| | 2 блюдо | 251 | Поджарка (свинина) | 100 | 79,99 | 284 | 14 | 18 | 5 |
| | гарнир | 321 | Капуста тушеная (из свежей капусты) | 250 | 34,02 | 166 | 5 | 6 | 2 |
| | напиток | 359 | Кисель из сока плодового с сахаром | 200 | 8,52 | 99 | 0 | 0 | 2 |
| | хлеб бел | Н | Хлеб пшеничный | 30 | 3,06 | 64 | 2 | 0 | 1 |
| | хлеб чер | Н | Хлеб ржаной | 30 | 4,00 | 86 | 2 | 0 | 2 |
| | Булочное | Н | Мучное кондитерское изделие (кекс) | 40 | 24,37 | 108 | 3 | 0 | 2 |

Повар

Саакова Е.И.