



Согласовано: Директор



Утверждено

« 9 » июни 2023г.

1 день

Завтрак учащихся от 7 до 11 лет

№ п/п	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность	№ рецептур ы	Цена
			Белки	Жиры	Углевод ы			
1	Фрукты или ягоды свежие (груша)	100	0,8	0,4	7,5	41		
2	Сыр российский	15	3,48	4,42	0	54	42	
3	Масло сливочное	10	0,1	7,2	0,1	66		
4	Каша жидкая (рисовая)	200	4,55	6,08	28,38	168,44	185	
5	Чай с сахаром	200/10	0,2	0	10	40,8	1167	
6	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	26,1	116,5		
7	Сок натуральный	200	1,50	0,00	22,80	97,20		
Итого за завтрак:		785	14,43	18,4	94,88	583,94		

Обед учащихся от 7 до 11 лет

№ п/п	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность	№ рецептур ы	Цена
			Белки	Жиры	Углевод ы			
1	Салат из свежих помидоров и огурцов	80	0,79	4,92	2,98	59,36	15	
2	Суп картофельный вегетарианский	250	1,52	4,84	8,96	85,5	78	
3	Печень, тушенная в соусе	110	24,62	10,02	10,31	229,9	ТТК № 6	
4	Каша вязкая пшеничная	150	4	4,24	24,55	152,4	314	
5	Компот из свежих плодов	200	0,32	0,08	24,2	98,8	372	
6	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	26,1	116,5		
7	Хлеб ржаной	50	3,4	0,6	23,2	107,5		
Итого за обед:		890	38,45	25	120,3	849,96		
Итого за день								178

Повар



Меню
 « 9 » июня 2023г.
 I день
 Завтрак от 12 лет и старше

№ п/п	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность	№ рецептур	Цена
			Белки	Жиры	Углевод ы			
1	Фрукты или ягоды свежие (по сезону)	100	0,8	0,4	7,5	41		
2	Сыр российский	15	3,48	4,42	0	54	42	
3	Масло сливочное	10	0,1	7,2	0,1	66		
4	Каша жидкая (рисовая)	200	4,55	6,08	28,38	168,44	185	
5	Чай с сахаром	200	0,2	0	10	40,8	ТТК № 9	
6	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	26,1	116,5		
	Пирожки с повидлом или пирожки с повидлом промышленного производства в индивидуальной упаковке	60	3,50	3,75	34,77	186,83	454	
	Сок натуральный	200	1,50	0,00	22,80	97,20		
	Итого за завтрак:	785	17,93	22,15	129,7	770,77		

Обед учащихся от 12 лет и старше

№ п/п	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность	№ рецептур	Цена
			Белки	Жиры	Углевод ы			
1	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	0,99	6,15	3,72	74,2	15	
2	Суп картофельный вегетарианский	250	1,52	4,84	8,96	85,5	78	
3	Печень, тушенная в соусе	120	26,85	10,93	11,25	250,77	ТТК № 6	
4	Каша вязкая пшеничная	180	4,85	5,09	29,46	183,05	314	
5	Компот из свежих плодов	200	0,32	0,08	24,2	98,8	372	
6	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,36	31,32	139,8		
7	Хлеб ржаной	70	4,76	0,84	32,48	150,5		
	Итого за обед:	980	43,85	28,29	141,4	982,62		
	Итого за день							218

Повар