

Утверждаю



« 6 » *июль* 2023г.

**Завтрак учащихся от 7 до 11 лет**

№ п/п	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность	№ рецептур	Цена
			Белки	Жиры	Углевод			
1	Масло сливочное	15	0,15	10,8	0,15	99		
2	Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,75	5,21	18,8	145,2	93	
3	Какао с молоком	200	4,08	3,54	16,58	114,53	ТТК № 3	
4	Хлеб пшеничный	45	3,42	0,27	23,53	104,85		
5	Кондитерское изделие	20	0	0	31,72	128		
6	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>480</b>	<b>13,4</b>	<b>19,82</b>	<b>90,78</b>	<b>591,58</b>		

**Обед учащихся от 7 до 11 лет**

№ п/п	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность	№ рецептур	Цена
			Белки	Жиры	Углевод			
1	Огурец свежий	60	0,42	0,06	1,14	6,6		
2	Суп из овощей	250	2,2	4,4	12,4	99	135 <sup>1</sup>	
3	Шницель рыбный натуральный	100	14,96	4,6	9,73	138,3	258	
4	Гарнир сложный (поре картофельное и свекла тушёная в соусе)	150	2,94	6,8	18,8	150	939 <sup>4</sup>	
5	Компот из сушеных фруктов	200	0,44	0,03	27,7	113	376	
6	Плоды или ягоды свежие	100	0,8	0,4	7,5	41		
7	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,36	31,32	139,8		
	Хлеб ржаной	50	3,4	0,6	23,2	107,5		
	<b>Итого за обед:</b>	<b>970</b>	<b>29,72</b>	<b>17,25</b>	<b>131,8</b>	<b>795,2</b>		<b>178</b>
	<b>Итого за день</b>							

Повар



Утверждаю



« 6 » Июль 2023г.



**Завтрак от 12 лет и старше**

№ п/п	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность	№ рецептур	Цена
			Белки	Жиры	Углевод			
1	Масло сливочное	10	0,1	7,2	0,1	66		
2	Суп молочный с макаронными изделиями	250	7,18	6,51	23,5	181,5	93	
3	Какао с молоком	200	4,08	3,54	16,58	114,53	ТТК № 3	
4	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	26,1	116,5		
5	Пирожки с повидлом или пирожки с повидлом промышленного производства в индивидуальной упаковке	60	3,50	3,75	34,77	186,83	454	
6	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>570</b>	<b>18,66</b>	<b>21,3</b>	<b>101,1</b>	<b>665,36</b>		

**Обед учащихся от 12 лет и старше**

№ п/п	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность	№ рецептур	Цена
			Белки	Жиры	Углевод			
1	Салат из свежих помидоров со сладким перцем	100	0,9	4,7	4,3	66	22	
2	Суп из овощей	250	2,2	4,4	12,4	99	135 <sup>1</sup>	
3	Шницель рыбный натуральный	120	17,96	5,36	11,68	166	258	
4	Гарнир сложный (пюре картофельное и свекла тушёная в соусе)	180	3,42	4,61	22,58	145,49	939 <sup>4</sup>	
5	Компот из сушеных фруктов	200	0,44	0,03	27,7	113	376	
6	Фрукты или ягоды свежие (по сезону)	100	0,8	0,4	7,5	41		
7	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,42	36,54	163,1		
	Хлеб ржаной	70	4,76	0,84	32,48	150,5		
	<b>Итого за обед:</b>	<b>1090</b>	<b>35,8</b>	<b>20,76</b>	<b>155,2</b>	<b>944,09</b>		
	<b>Итого за день</b>							<b>218</b>

Повар