

«Согласовано»

Директор МБОУ

Чурикова Т.И.



«Утверждаю»

И.О.А. Чекунов О.А.

/О.А. Чекунов/



МЕНЮ на 09.09.2023 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	Энер.цен ность, ккал
Завтрак (ОВЗ) (возрастная категория 7-11 лет)						
1	Фрикадельки из птицы с соусом томатным с овощами	90/30	16,0	12,8	8,0	191
2	Каша гречневая вязкая	150	6,1	4,8	27,8	178
3	Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	59
4	Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	92
	Итого:	532	25,4	17,8	70,5	522
2-ой завтрак						
1	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,5	46
2	Сок фруктовый	180	0,9	0,2	17,7	80
3	Кондитерские изделия	20	1,6	2,0	14,4	81
	Итого:	300	2,9	2,6	41,6	207
	Стоимость рациона:					
Завтрак (ОВЗ) (возрастная категория 12 лет и старше)						
1	Фрикадельки из птицы с соусом томатным с овощами	100/30	17,8	14,2	8,9	213
2	Каша гречневая вязкая	180	7,3	5,8	33,4	214
3	Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	59
4	Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	115
	Итого:	582	29,1	20,3	81,8	601
2-ой завтрак						
1	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,5	46
2	Сок фруктовый	180	0,9	0,2	17,7	80
3	Кондитерские изделия	30	2,4	3,0	21,6	121
	Итого:	310	3,7	3,6	48,8	247
	Стоимость рациона:					

Зав. производством

Экономист по ценам

«Согласовано»

Директор МБОУ

Ильинская Г.В.
Ильинская Г.В.

«Утверждаю»

ИП Чекунков О.А.

О.А. Чекунков
/О.А. Чекунков/

МЕНЮ на «*А*» *сентябрь* 2023 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	Энер.цен ность, ккал
Завтрак (ОВЗ) (возрастная категория 7-11 лет)						
1	Котлета рубленая из птицы	90	14,6	18,7	13,6	223
2	Соус томатный	30	1,1	2,5	2,5	52
3	Макаронные изделия отварные	150	5,5	5,7	33,2	206
4	Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0,0	30,8	127
5	Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	92
	Итого:	510	24,6	27,1	99,6	700
2-ой завтрак						
1	Бутерброд с маслом	5/20	1,4	4,7	9,2	85
2	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,5	46
3	Чай с сахаром	180	0,1	0,0	14,8	50
	Итого:	305	1,9	5,1	33,5	180
	Стоимость рациона:					
Завтрак (ОВЗ) (возрастная категория 12 лет и старше)						
1	Котлета рубленая из птицы	100	16,2	20,8	15,1	248
2	Соус томатный	30	1,1	2,5	2,5	52
3	Макаронные изделия отварные	180	6,6	6,8	39,8	248
4	Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0,0	30,8	127
5	Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	115
	Итого:	560	28,0	30,4	112,5	789
2-ой завтрак						
1	Бутерброд с маслом	10/30	2,3	7,5	14,7	135
2	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,5	46
3	Чай с сахаром	180	0,1	0,0	14,8	50
	Итого:	320	2,8	7,9	39,0	240
	Стоимость рациона:	<i>93,25 руб.</i>				

Зав. производством

Экономист по ценам

«Согласовано»

Директор МБОУ

Ирина Николаевна



«Утверждаю»

ИП Чекунов О.А.



/О.А.Чекунов/

МЕНЮ на «13» *сентября* 2023 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	Энер.цен ность, ккал
Завтрак (ОВЗ) (возрастная категория 7-11 лет)						
1	Каша молочная манная жидкая	150	4,1	5,4	25,2	182
2	Фрукты свежие (яблоко)	150	0,6	0,6	14,3	68
3	Чай с сахаром	200/15	0,1	0	15,0	59
4	Хлеб пшеничный	40	4,8	1,2	20,5	105
	Итого:	555	9,6	7,2	77,3	415
2-ой завтрак						
1	Яблоки печеные	100	0,4	0,4	24,9	108
2	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,3	0,0	15,2	60
	Итого:	322	0,7	0,4	40,1	168
	Стоимость рациона:					
Завтрак (ОВЗ) (возрастная категория 12 лет и старше)						
1	Каша молочная манная жидкая	200	5,5	6,8	33,6	242
2	Фрукты свежие (яблоко)	150	0,6	0,6	14,3	68
3	Чай с сахаром	200/15	0,1	0	15,0	59
4	Хлеб пшеничный	40	4,8	1,2	20,5	105
	Итого:	605	11,0	8,6	85,7	475
2-ой завтрак						
1	Яблоки печеные	100	0,4	0,4	24,9	108
2	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,3	0,0	15,2	60
	Итого:	322	0,7	0,4	40,1	168
	Стоимость рациона:	93,54 руб.				

Зав. производством

Экономист по ценам

«Согласовано»

Директор МБОУ Ланьчунская

С.И. [подпись]

«Утверждаю»

ИП Чекунков О.А.

ЧЕКУНКОВ
ОЛЕГ
АЛЕКСАНДРОВИЧ /О.А. Чекунков/

МЕНЮ на «12» Март 2023 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	Энер.цен ность, ккал
Завтрак (ОВЗ) (возрастная категория 7-11 лет)						
1	Помидоры свежие	60	0,5	0,1	0,1	8
2	Фрикадельки рыбные	90	12,3	12,8	9,8	126
3	Соус томатный	30	11	2,2	2,2	52
4	Пюре картофельное	150	3,9	8,9	39,8	233
5	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,3	0,0	15,2	60
6	Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	92
	Итого:	592	21,1	24,5	86,5	570
2-ой завтрак						
1	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,5	46
2	Чай с молоком	180	1,5	1,1	15,6	78
3	Кондитерские изделия (печенье)	20	1,6	2,0	14,4	81
	Итого:	300	3,5	3,5	39,5	204
	Стоимость рациона:					
Завтрак (ОВЗ) (возрастная категория 12 лет и старше)						
1	Помидоры свежие	100	2,2	0,7	12,8	62
2	Фрикадельки рыбные	100	13,7	14,2	10,9	140
3	Соус томатный	30	1,1	2,5	2,5	52
4	Пюре картофельное	180	4,7	10,7	47,8	279
5	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,3	0,0	15,2	60
6	Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	92
	Итого:	672	25,0	28,3	108,3	685
2-ой завтрак						
1	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,5	46
2	Чай с молоком	180	1,5	1,1	15,6	78
3	Кондитерские изделия (печенье)	30	2,4	3,0	21,6	121
	Итого:	310	4,3	4,5	46,7	245
	Стоимость рациона:	<u>972 5 коп.</u>				

Зав. производством [подпись]

Экономист по ценам [подпись]