

Директор МБОУ Польский
Устинова Т.А. / Л /

«Утверждаю»
ИП Чекунов О.А.

/О.А. Чекунов/
»  2023 г.

МЕНЮ на «11» *сентября* 2023 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	Энер.цен ность, ккал
<u>Завтрак (ОВЗ)</u> (возрастная категория 7-11 лет)						
1	Каша молочная вязкая рисовая	150	4,2	7,2	30,5	205
2	Фрукты свежие (яблоко)	150	0,6	0,6	14,3	68
3	Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	59
4	Батон	40	4,8	1,2	20,5	105
	Итого:	555	9,7	9,0	82,6	438
2-ой завтрак						
1	Яблоки печеные	100	0,4	0,4	24,9	107
2	Сок фруктовый	200	1,1	0,2	19,5	83
	Итого:	300	1,5	0,6	44,4	191
	Стоимость рациона:					
<u>Завтрак(ОВЗ)</u> (возрастная категория 12 лет и старше)						
1	Каша молочная вязкая рисовая	200	5,6	9,6	40,7	274
2	Фрукты свежие (яблоко)	150	0,6	0,6	14,3	68
3	Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	59
4	Батон	50	6,0	1,5	25,6	131
	Итого:	615	12,3	11,7	97,9	532
2-ой завтрак						
1	Яблоки печеные	100	0,4	0,4	24,9	107
2	Сок фруктовый	200	1,1	0,2	19,5	83
	Итого:	300	1,5	0,6	44,4	191
	Стоимость рациона:					

Зав. производством

Экономист по ценам

«Согласовано»

Директор МБОУ

Татьяна А. Иванова
Иванова Т.А.

«Утверждаю»

ИП Чекунков О.А.

О.А. Чекунков

МЕНЮ на «*14*» *сентября* 2023 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак(ОВЗ) (возрастная категория 7-11 лет)						
1	Котлета рубленая из птицы	90	14,6	18,7	13,6	223
2	Макаронные изделия отварные	150	5,5	5,7	33,2	206
3	Чай с сахаром, лимоном	200/15/7	0,3	0,0	15,2	60
4	Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	92
	Итого:	502	23,4	24,6	81,5	581
2-ой завтрак						
1	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,5	46
2	Чай с сахаром (каркадэ)	180	0,2	0,0	13,5	54
3	Кондитерские изделия (печенье)	20	1,6	2,0	14,4	81
	Итого:	300	2,2	2,4	37,4	181
	Стоимость рациона:					
Завтрак(ОВЗ) (возрастная категория 12 лет и старше)						
1	Котлета рубленая из птицы	100	16,2	20,8	15,1	248
2	Макаронные изделия отварные	180	6,6	6,8	39,8	248
3	Чай с сахаром, лимоном	200/15/7	0,3	0,0	15,2	60
4	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	24,4	115
	Итого:	552	26,9	27,9	94,5	670
2-ой завтрак						
1	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,5	46
2	Чай с сахаром (каркадэ)	180	0,2	0,0	13,5	54
3	Кондитерские изделия (печенье)	30	2,4	3,0	21,6	121
	Итого:	310	3,0	3,4	44,6	221
	Стоимость рациона:		<i>198,35 руб.</i>			

Зав. производством

Экономист по ценам

«Согласовано»

Директор МБОУ

Иванов И.И.
Иванов И.И.

«Утверждаю»

ИП Чекунов О.А.

О.А. Чекунов
О.А. Чекунов

МЕНЮ на «13» мая 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	Тефтели с соусом томатным	90/30	9,4	18,8	14,3	223
2	Пюре картофельное	150	3,9	8,9	39,8	233
3	Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0,0	30,8	127
4	Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	92
	Итого;	510	16,7	27,9	104,4	674
2-ой завтрак						
1	Фрукты свежие	120	0,5	0,5	11,4	55
2	Сок фруктовый	180	0,9	0,2	17,7	80
	Итого;	300	1,4	0,7	29,1	135
	Стоимость рациона:					
Завтрак (ОВЗ) (возрастная категория 12 лет и старше)						
1	Тефтели с соусом томатным	100/30	10,4	20,9	15,9	248
2	Пюре картофельное	180	9,0	6,1	55,7	286
3	Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0,0	30,8	127
4	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	24,4	115
	Итого:	560	23,6	27,3	126,8	775
2-ой завтрак						
1	Фрукты свежие	120	0,5	0,5	11,4	55
2	Сок фруктовый	200	1,1	0,2	19,5	83
	Итого;	320	1,6	11,6	74,2	128
	Стоимость рациона:	<i>93,25 руб.</i>				

Зав. производством

Экономист по ценам

Иванов И.И.
О.А. Чекунов

«Согласовано»

Директор МБОУ

«Утверждаю»

ИП Чекунов О.А.

/О.А. Чекунов/

МЕНЮ на «14» 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	Помидор свежий	60	0,5	0,1	0,1	8
2	Плов из птицы	200	15,3	20,8	39,2	411
3	Чай с сахаром	200/15	0,1	0	15,0	59
4	Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	92
	Итого:	515	18,9	21,1	76,1	569
2-ой завтрак						
1	Бутерброд с маслом	5/20	1,4	4,7	9,2	84
2	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,5	46
3	Чай с сахаром и лимоном	180	0,2	0,0	13,5	55
		305	2,0	5,1	32,2	185
	Стоимость рациона:					
Завтрак (ОВЗ) (возрастная категория 12 лет и старше)						
1	Помидор свежий	100	0,8	0,2	0,2	13
2	Плов из птицы	230	17,6	23,9	45,1	472
3	Чай с сахаром	200/15	0,1	0	15,0	59
4	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	24,4	115
	Итого:	595	22,3	24,4	87,0	659
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 и лимоном	180	0,2	0,0	13,5	55
		320	2,9	7,9	37,7	236
	Стоимость рациона:	915,25 руб.				

Зав. производством

Экономист по ценам

«Согласовано»

Директор МБОУ

Полномочный представитель, О.А. Чекунов
Уткин

«Утверждаю»

ИП Чекунов О.А.

О.А. Чекунов

МЕНЮ на «15» 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	Птица, тушенная в сметанном соусе	90	11,1	10,4	3,2	150
2	Каша гречневая вязкая	150	6,1	4,8	27,8	178
3	Чай с сахаром, лимоном	200/15/7	0,3	0,0	15,2	60
4	Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	92
	Итого:	502	20,5	15,4	75,3	480
2-ой завтрак						
1	Фрукты свежме (яблоко)	100	0,4	0,4	9,5	46
2	Чай с сахаром	180	0,1	0,0	13,5	54
3	Кондитерское изделие (вафли)	20	1,6	2,0	14,4	81
	Итого:	300	2,1	2,4	38,7	186
	Стоимость рациона:					
Завтрак (ОВЗ) (возрастная категория 12 лет и старше)						
1	Птица, тушенная в сметанном соусе	100	12,3	11,5	3,5	167
2	Каша гречневая вязкая	180	7,3	5,8	33,4	214
3	Чай с сахаром, лимоном	200/15/7	0,3	0,0	15,2	60
4	Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	115
	Итого:	552	23,6	17,6	76,0	556
2-ой завтрак						
1	Фрукты свежме (яблоко)	100	0,4	0,4	9,5	46
2	Чай с сахаром	180	0,1	0,0	13,5	54
3	Кондитерское изделие (вафли)	30	2,4	3,0	21,6	121
	Итого:	310	2,9	3,4	45,9	226
	Стоимость рациона:	97,25 руб.				

Зав. производством

Экономист по ценам

«Согласовано»

Директор МБОУ

Григорьев В.В.

«Утверждаю»

ИП Чекунов О.А.

О.А. Чекунов

МЕНЮ на «18» *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	Бутерброд с повидлом	50/10/30	4,1	7,4	35,9	283
2	Каша молочная из риса и пшена «Дружба» вязкая	200	5,0	10,1	30,5	261
3	Чай с сахром	200/15	0,1	0,0	15,0	58
	Итого:	505	9,2	17,5	83,7	603
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	Бутерброд с повидлом	50/10/30	4,1	7,4	35,9	283
2	Каша молочная из риса и пшена «Дружба» вязкая	250	6,3	12,6	38,1	326
3	Чай с сахром	200/15	0,1	0,0	15,0	58
	Итого:	555	10,5	20,0	91,3	669
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:	<i>93,25 руб.</i>				

Зав. производством

Экономист по ценам