

«Согласовано»

Директор МБОУ

«Утверждаю»

ИП Чекунов О.А.

/О.А. Чекунов/

МЕНЮ на «11» 09 2023 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	Энер.цен ность, ккал
Завтрак (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	15	59
4	Батон	40	4,8	1,2	20,5	105
	Итого:	555	9,7	9,0	82,6	438
	Стоимость рациона:					
Завтрак (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	15	59
4	Батон	50	6,0	1,5	25,6	131
	Итого:	615	12,3	11,7	97,9	532
	Стоимость рациона:	94,58 руб.				

Зав. производством

Экономист по ценам

«Согласовано»

Директор МБОУ «Бажинский

«Утверждаю»

ИП Чекунов О.А.

/О.А.Чекунов/

МЕНЮ на «12» 2023 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	Энер.цен ность, ккал
<u>Завтрак</u> (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	15,2	60
4	Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	92
	Итого:	502	23,4	24,6	81,5	581
	Стоимость рациона:	94,58 руб.				
<u>Завтрак</u> (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	15,2	60
4	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	24,4	115
	Итого:	552	26,9	27,9	94,5	670
	Стоимость рациона:	94,58 руб.				

Зав. производством

Экономист по ценам

«Согласовано»

Директор МБОУ



«Утверждаю»

ИП Чекунков О.А.



МЕНЮ на «13» сентября 2023 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	Энер.цен ность, ккал
Завтрак (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	30,8	127
4	Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	92
	Итого;	510	16,7	27,9	104,4	674
	Стоимость рациона:					
Завтрак (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	30,8	127
4	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	24,4	115
	Итого:	560	23,6	27,3	126,8	775
	Стоимость рациона:	94,58 руб.				

Зав. производством

Экономист по ценам

«Согласовано»

Директор МБОУ

Чекунков О.А.

«Утверждаю»

ИП Чекунков О.А.

Чекунков О.А.

МЕНЮ на «14» *сентября* 2023 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	Энер.цен ность, ккал
Завтрак (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	392	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	211	76,1	569
	Стоимость рациона:					
Завтрак (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
	Стоимость рациона:	<i>99,58 руб</i>				

Зав. производством

Экономист по ценам

«Согласовано»
Директор МБОУ

Нотариус
Уткина Т.А.

«Утверждаю»

ИП Чекунков О.А.

О.А. Чекунков

МЕНЮ на «15» сентября 2023 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	Энер.цен ность, ккал
Завтрак (возрастная категория 7-11 лет)						
1	Птица, тушеная 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	15,2	60
4	Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	92
	Итого:	502	20,5	15,4	75,3	480
	Стоимость рациона:					
Завтрак (возрастная категория 12 лет и старше)						
1	Птица, тушеная 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	15,2	60
4	Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	115
	Итого:	552	23,6	17,6	76,0	556
	Стоимость рациона:					

Зав. производством

Экономист по ценам

Директор МБОУ Живинин-
ской СОШ
Уткинских /

ИП Чекунков О.А.

/О.А.Чекунков/



МЕНЮ на «18» сентября 2023 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	Энер.цен ность, ккал
<u>Завтрак</u> (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
	Стоимость рациона:					
<u>Завтрак</u> (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
	Стоимость рациона:					

Зав. производством

Экономист по ценам