

УТВЕРЖДАЮ:

АМИНЕВА ОЛЕСЯ ЮРИСОВНА ИП



СОГЛАСОВАНО:

МОБУ СОШ



Курабаев М.А.

МЕНЮ

на 08.09.2022 (четверг)

Наименование	Вес блюда (гр)	Энерг цен.	Белки	Жиры	Углеводы	№ рец
Завтрак 1 СМЕНА- ОВ31-4,обуч 1-4,ММС 1-4; 2 СМЕНА ОВ3 1-4 (полдник)						
Хлеб пшеничный (для детского питания)	40	94	2,20	0,40	19,32	114
Чай из сухой смеси с витаминами	200	34	0,10		8,70	12
Салат из белокочанной капусты	60	53	1,26	2,70	6,18	6
Плов из птицы(грудка)2ВАР	200	289	18,00	19,00	33,00	130
Итого за Завтрак	500	470	21,56	22,10	67,20	
1 СМЕНА-Обед ОВ3 1-4; 2 СМЕНА ММС 1-4,ОБУЧ 1-4						
Суп крестьянский с пшеном	200	135	1,55	4,42	6,35	65,4
Хлеб ржаной(пшеничный)	40	116	1,20	0,48	13,64	0001
Хлеб пшеничный (для детского питания)	40	94	2,20	0,40	19,32	114
Кисель из концентрата с/с	200	77			20,00	303
Жаркое по-домашнему с мясом птицы	210	320	12,71	13,98	21,88	160
Сметана(прокип)	10	20	0,28	2,00	0,32	
Итого за Обед	700	762	17,94	21,28	81,51	
Итого за 08.09.2022		1 233	39,50	43,38	148,71	
Завтрак 1 СМЕНА- ОВ35-11,обуч 5-11,ММС 5-11; 2 СМЕНА ОВ3 5-11 (полдник),ТЖС 5-11						
Хлеб пшеничный (для детского питания)	40	94	2,20	0,40	19,32	114
Чай из сухой смеси с витаминами	200	34	0,10		8,70	12
Салат из белокочанной капусты	60	53	1,26	2,70	6,18	6
Плов из птицы(грудка)2ВАР	250	361	22,50	23,75	41,25	130
Итого за Завтрак	550	542	26,06	26,85	75,45	
1 СМЕНА-Обед ОВ3 5-11; 2 СМЕНА ММС 5-11,ОБУЧ 5-11, ТЖС 5-11						
Суп крестьянский с пшеном	250	169	1,94	5,53	7,94	65,4
Хлеб ржаной(пшеничный)	40	116	1,20	0,48	13,64	0001
Хлеб пшеничный (для детского питания)	40	94	2,20	0,40	19,32	114
Кисель из концентрата с/с	200	77			20,00	303
Жаркое по-домашнему с мясом птицы	260	397	15,73	17,30	27,09	160
Сметана(прокип)	10	20	0,28	2,00	0,32	
Итого за Обед	800	873	21,35	25,71	88,31	
Итого за 08.09.2022		1 415	47,41	52,56	163,76	