



МЕНЮ

на 12.10.2022

(вторая неделя среда)

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)						
Без диеты						
Хлеб пшеничный (для детского питания)	50	118	2,75	0,50	24,15	114
Яблоко шт	100	44	0,40	0,40	9,80	
Чай с лимоном и сахаром	200	39	0,21	0,03	9,53	288
Плов из птицы(грудка)2ВАР	200	289	18,00	19,00	33,00	130
Итого за Без диеты	550	489	21,36	19,93	76,48	
Итого за Завтрак	550	489	21,36	19,93	76,48	
1 СМЕНА-Обед ОВ3 1-4; 2 СМЕНА ММС 1-4,ОБУЧ 1-4						
Без диеты						
Хлеб ржаной(пшеничный)	30	87	0,90	0,36	10,23	0001
Хлеб пшеничный (для детского питания)	40	94	2,20	0,40	19,32	114
Чай с сахаром(2вар)	200	35	0,10	0,02	9,90	266
Макаронные изделия отварные	155/5	219	4,20	4,35	38,85	6,43
Суп картофельный с бобовыми	200	88	7,60	5,74	28,14	62
биточки из говядины с соусом томатным	100	205	13,10	9,20	13,80	
Итого за Без диеты	730	728	28,10	20,07	120,24	
Итого за Обед	730	728	28,10	20,07	120,24	
Итого за день		1 217	49,46	40,00	196,72	
Завтрак 1 СМЕНА- ОВ35-11,обуч 5-11,ММС 5-11; 2 СМЕНА ОВ3 5-11 (полдник),ТЖС 5-11						
Без диеты						
Хлеб пшеничный (для детского питания)	50	118	2,75	0,50	24,15	114
Яблоко шт	100	44	0,40	0,40	9,80	
Чай с лимоном и сахаром	200	39	0,21	0,03	9,53	288
Плов из птицы(грудка)2ВАР	230	332	20,70	21,85	37,95	130
Итого за Без диеты	580	533	24,06	22,78	81,43	
Итого за Завтрак	580	533	24,06	22,78	81,43	
1 СМЕНА-Обед ОВ3 5-11; 2 СМЕНА ММС 5-11,ОБУЧ 5-11, ТЖС 5-11						
Без диеты						
Хлеб ржаной(пшеничный)	30	87	0,90	0,36	10,23	0001
Хлеб пшеничный (для детского питания)	40	94	2,20	0,40	19,32	114
Чай с сахаром(2вар)	200	35	0,10	0,02	9,90	266
Макаронные изделия отварные	180	246	4,73	4,89	43,71	6,43
Суп картофельный с бобовыми	250	110	9,50	7,17	35,17	62
биточки из говядины с соусом томатным	100	205	13,10	9,20	13,80	
Итого за Без диеты	800	777	30,53	22,04	132,13	
Итого за Обед	800	777	30,53	22,04	132,13	
Итого за день		1 310	54,59	44,82	213,56	



ТВЕРЖДАЮ:

MOBY COSH

СОГЛАСОВАНО

директор

Карен, урлунна 17

МЕНЮ

на 12.10.2022 (вторая неделя среда)

1-4 ВИТ (завтр)

Наименование	Вес блюда (гр)	Цена, (руб.)	Энерг цен.	Белки	Жиры	Углеводы	№ рец
Завтрак							
Без диеты							
Сок фруктовый 0,2	200		86	0,74		20,56	
Итого за Без диеты	200	14,82	86	0,74		20,56	
Итого за Завтрак	200	14,82	86	0,74		20,56	
Итого за 28.09.2022		14,82	86	0,74		20,56	

11

11