

УТВЕРЖДАЮ:  
 Директор МБОУ СОШ № 19  
 Анушин А.В.  
 ФИО, должность, (М.П.)



На 13.02 2024 года

МЕНЮ

Возрастная категория от 7 до 11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Стоимость
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 7</b>							
ЗАВТРАК	Салат из свеклы отварной (завтрак)**	40	0,60	2,04	3,52	34,78	7,40
	Плов из свинины	120	20,64	7,44	25,56	252	41,12
	Компот из сухофруктов	200	0,56	0,02	21,74	89,78	13,37
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	3,14
	Хлеб ржаной 20	20	0,94	0,14	9,96	42,8	1,37
	Фрукты (яблоко)*	100	0,80	0,30	9,60	44	13,00
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>520</b>	<b>26,70</b>	<b>10,34</b>	<b>89,70</b>	<b>548,8</b>	<b>79,39</b>
ОБЕД	Рассольник	200	2,00	4,26	19,84	93,02	8,22
	Кукуруза консервированная	60	0,42	0,06	1,14	7,2	6,55
	Котлеты, биточки (особые свин/говяж) (с соусом)	100/20	17,39	12,93	14,10	239,67	51,87
	Макаронные изделия отварные с маслом (обед)	150	5,57	6,87	34,96	227,66	17,98
	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,44	15,05
	Хлеб пшеничный 20	20	1,58	0,20	9,66	42,72	1,32
	Хлеб ржаной 20	20	0,94	0,14	9,96	42,8	1,37
	Фрукты св. (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	13,00
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>850</b>	<b>29,30</b>	<b>24,86</b>	<b>119,66</b>	<b>784,51</b>	<b>115,37</b>

Возрастная категория от 12 и старше

ЗАВТРАК	Салат из свеклы отварной (завтрак)**	60	0,90	3,05	5,28	52,17	11,10
	Плов из свинины	150	25,80	9,30	31,95	315	63,54
	Компот из сухофруктов	200	1,10	0,06	49,46	202,3	13,37
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	3,02
	Хлеб ржаной 30	30	1,41	0,21	14,94	64,2	1,91
	Фрукты (яблоко)*	100	0,80	0,30	9,60	44	13,00
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>580</b>	<b>33,17</b>	<b>13,32</b>	<b>130,55</b>	<b>763,11</b>	<b>105,94</b>
ОБЕД	Рассольник	250	2,50	5,33	24,80	116,27	12,32
	Кукуруза консервированная	100	0,70	0,10	1,90	12	16,38
	Котлеты, биточки (особые свин/говяж) (с соусом)	100/20	17,39	12,93	14,10	239,67	51,87
	Макаронные изделия отварные с маслом (обед)	180	6,68	8,24	41,96	273,19	21,58
	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,44	16,90
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	3,14
	Хлеб ржаной 30	30	1,41	0,21	14,94	64,2	1,91
	Фрукты св. (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	13,00
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>1000</b>	<b>33,24</b>	<b>27,61</b>	<b>147,02</b>	<b>922,21</b>	<b>137,10</b>

Старший повар \_\_\_\_\_

*Гуреев*