

УТВЕРЖДАЮ:
 Директор БОС «Кубанская степь»
 Попов
 2023 г.



МЕНЮ
3-й день

Завтрак 7-11 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептурн | замеч. |
|------------------|--|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|-------------|--------|
| | | | белки | жиры | углеводы | | | |
| Завтрак | Запеканка творога | из 180 | 18,11 | 17,10 | 48,60 | 385,65 | 223 | |
| | Молоко стуженное с сахаром 8,5% жирности | 10 | 0,72 | 0,85 | 5,55 | 32,7 | Н | |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,20 | 0,00 | 7,02 | 28,44 | 376 | |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,37 | 0,30 | 14,49 | 64,08 | Н | |
| | Фрукты (яблоко) | св. 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 | 338 | |
| Итого за завтрак | | 520 | 21,80 | 18,65 | 85,46 | 557,87 | | ЖЛС |

Завтрак 12 лет и старше

| Прием пищи | Наименование блюда | вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры | замеч. |
|------------------|--|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|-------------|--------|
| | | | белки | жиры | углеводы | | | |
| Завтрак | Запеканка творога | из 200 | 29,58 | 24,28 | 35,66 | 599,84 | 223 | |
| | Молоко стуженное с сахаром 8,5% жирности | 20 | 1,44 | 1,70 | 11,10 | 65,4 | Н | |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,20 | 0,00 | 7,02 | 28,44 | 376 | |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3,16 | 0,40 | 19,32 | 85,44 | Н | |
| | Фрукты (яблоко) | св. 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 | 338 | |
| Итого за завтрак | | 560 | 34,78 | 26,78 | 82,90 | 826,12 | | 96,5 |

Главный повар *С.С.*
 Ответственный по питанию *С.С.*

2023.05.14 - 12-20

УТВЕРЖДАЮ
 Директор ООО «Курганская степь»
 «10» _____ 2023 г.
 С.Н. Попов

СОГЛАСОВАНО
 Директор МАНУ СОУ СО
 А.Ю. Фесенко
 «10» _____ 2023 г.

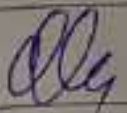
М Е Н Ю
3-й день

Обед 7-11 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры | цена |
|---------------|--|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|-------------|--------|
| | | | белки | жиры | углеводы | | | |
| Обед | Суп с бобовыми (горох) | 200 | 2,72 | 4,40 | 4,80 | 78 | 119 | |
| | Овощи натуральные свежие (помидоры в нарезке) | 60 | 0,66 | 0,12 | 2,28 | 13,2 | 71 | |
| | Мясо духовое (свинина) с картофелем и овощами 91/150 | 240 | 16,42 | 15,17 | 35,06 | 455,23 | 258/1 | |
| | Компот из свежих плодов | 200 | 0,16 | 0,16 | 15,90 | 64,28 | 342 | |
| | Хлеб пшеничный | 45 | 3,56 | 0,45 | 21,73 | 96,12 | Н | |
| | Хлеб ржаной | 40 | 1,88 | 0,28 | 19,92 | 85,6 | Н | |
| Итого за обед | | 785 | 25,40 | 20,58 | 99,69 | 792,43 | | 114,10 |

Обед 12 лет и старше

| Прием пищи | Наименование блюда | вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры | цена |
|---------------|--|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|-------------|------|
| | | | белки | жиры | углеводы | | | |
| Обед | Суп с бобовыми (горох) | 250 | 3,40 | 5,50 | 6,00 | 97,5 | 119 | |
| | Овощи натуральные свежие (помидоры в нарезке) | 100 | 1,10 | 0,20 | 3,80 | 22 | 71 | |
| | Мясо духовое (свинина) с картофелем и овощами 91/150 | 280 | 19,15 | 17,70 | 40,91 | 531,1 | 258/1 | |
| | Компот из свежих плодов | 200 | 0,16 | 0,16 | 15,90 | 64,28 | 342 | |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3,16 | 0,40 | 19,32 | 85,44 | Н | |
| | Хлеб ржаной | 40 | 1,88 | 0,28 | 19,92 | 85,6 | Н | |
| Итого за обед | | 910 | 28,885 | 24,24 | 105,85 | 885,92 | | |

Старший повар 
 Ответственный по питанию 