

УТВЕРЖДАЮ  
 Директор «ООО «Абанская степь»  
 Попов  
 « 14 / 11 / 2023 г.

СОГЛАСОВАНО:  
 Директор МАНОУ СОШ № 6  
 А.Ю.Фесенко  
 « 14 / 11 / 2023 г.

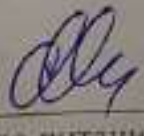
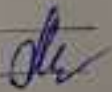
**М Е Н Ю**  
**4-й день**

**Завтрак 7-11 лет**

Прием пищи	Наименование блюда	вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	цена
			белки	жиры	углеводы			
Завтрак	Рыба, тушеная в томате с овощами (минтай или хек) 100/40	140	8,02	8,045	4,54	125,93	229	
	Рис отварной	90	2,30	3,59	24,03	137,64	304	
	Какао с молоком	200	3,88	3,10	25,06	147,36	382	
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	64,08	Н	
	Хлеб ржаной	20	0,94	0,14	9,96	42,8	Н	
	Фрукты св.(яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	338	
Итого за завтрак		540	17,91	15,98	87,88	564,81		88,9

**Завтрак 12 лет и старше**

Прием пищи	Наименование блюда	вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	цена
			белки	жиры	углеводы			
Завтрак	Рыба, тушеная в томате с овощами (минтай или хек) 100/40	100/60	10,13	10,07	6,81	158,22	229	
	Рис отварной	100	2,56	3,99	26,70	152,93	304	
	Какао с молоком	200	3,88	3,10	25,06	147,36	382	
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	117	Н	
	Хлеб ржаной 30	30	1,41	0,21	14,94	64,2	Н	
	Фрукты св.(яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	338	
Итого за завтрак		580	22,33	18,27	107,46	686,71		96,8

Старший повар   
 Ответственный по питанию 

УТВЕРЖДАЮ  
 Директор ООО «Банская степь»  
 2023 г.

СОГЛАСОВАНО:  
 Директор МАНОУ СОШ № 6  
 А.Ю.Фесенко  
 2023 г.

**МЕНЮ**  
**4-й день**

**Завтрак 7-11 лет**

Прием пищи	Наименование блюда	вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	цена
			белки	жиры	углеводы			
Завтрак	Рыба, тушеная в томате с овощами (минтай или хек) 100/40	140	8,02	8,045	4,54	125,93	229	
	Рис отварной	90	2,30	3,59	24,03	137,64	304	
	Какао с молоком	200	3,88	3,10	25,06	147,36	382	
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	64,08	Н	
	Хлеб ржаной	20	0,94	0,14	9,96	42,8	Н	
	Фрукты св. (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	338	
Итого за завтрак		540	17,91	15,98	87,88	564,81		88,9

**Завтрак 12 лет и старше**

Прием пищи	Наименование блюда	вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	цена
			белки	жиры	углеводы			
Завтрак	Рыба, тушеная в томате с овощами (минтай или хек) 100/40	100/60	10,13	10,07	6,81	158,22	229	
	Рис отварной	100	2,56	3,99	26,70	152,93	304	
	Какао с молоком	200	3,88	3,10	25,06	147,36	382	
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	117	Н	
	Хлеб ржаной 30	30	1,41	0,21	14,94	64,2	Н	
	Фрукты св. (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	338	
Итого за завтрак		580	22,33	18,27	107,46	686,71		96,8

Старший повар \_\_\_\_\_  
 Ответственный по питанию \_\_\_\_\_