

УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МАНОУ «Кубанская степь»



И.И. Попов  
 2024 г.

СОГЛАСОВАНО:  
 Директор МАНОУ СОШ № 6

Ю. Фесенко  
 2024 г.

**М Е Н Ю**  
**8-й день**

**Завтрак 7-11 лет**

Пример меню	Наименование блюда	вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	цена
			белки	жиры	углеводы			
Завтрак	Птица тушеная в соусе (завтрак)	100	15,95	11,11	3,38	177,95	290	
	Рыбу из овощей (завтрак)	130	2,17	3,54	12,09	89,99	143	
	Каша с молоком	200	3,88	3,0	25,06	147,36	382	
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	85,44	Н	
	Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,94	64,2	Н	
Итого за завтрак		500	26,57	18,26	74,79	564,94		88,9

**Завтрак 12 лет и старше**

Пример меню	Наименование блюда	вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	цена
			белки	жиры	углеводы			
Завтрак	Птица тушеная в соусе (завтрак)	100	15,95	11,11	3,38	177,95	290	
	Рыбу из овощей (завтрак)	180	3,01	4,90	16,74	124,6	143	
	Каша с молоком	200	3,88	3,10	25,06	147,36	382	
	Хлеб пшеничный	45	3,56	0,45	21,73	96,12	Н	
	Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,94	64,2	Н	
Итого за завтрак		535	27,81	19,77	81,85	622,23		96,8

Старший повар *И.И. Попов*  
 Ответственный по питанию *Ю. Фесенко*



СОГЛАСОВАНО:  
 Директор МАНΟΥ СОШ № 6  
 Ю. Фесенко  
 2024 г.


**М Е Н Ю**  
**8-й день**

**Обед 7-11 лет**

Примерный	Наименование блюда	вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	цена
			белки	жиры	углеводы			
Обед	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	6,28	5,04	18,72	126,34	104	
	Рыба, тушеная в томате с овощами (минтай или хек) 100/60	160	10,13	10,07	6,81	198,22	229	
	Рис отварной	180	4,37	6,44	44,03	251,64	304	
	Компот из сухофруктов	200	0,16	0,16	13,90	64,28	342	
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	85,44	Н	
	Хлеб ржаной	20	0,94	0,14	9,96	42,8	Н	
Итого за обед		740	25,04	22,25	114,74	728,72		127,03

**Обед 12 лет**

Примерный	Наименование блюда	вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	цена
			белки	жиры	углеводы			
Обед	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250	7,85	6,30	23,40	157,92	104	
	Рыба, тушеная в томате с овощами (минтай или хек) 100/60	200	10,83	13,12	11,34	207,12	229	
	Рис отварной	180	4,37	6,44	44,03	251,64	304	
	Компот из сухофруктов	200	0,56	0,02	21,74	89,78	349	
	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		810	28,65	26,56	139,75	877,5		114,14

Старший повар   
 Ответственный за питание 