



«Степная ступень»
Юпов
28.11.2023 г.

СОГЛАСОВАНО.
Директор МАНΟΥ СОШ № 6
А.Ю. Фесенко
« 28 » 11 2023 г.

М Е Н Ю 2-й день

Завтрак 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	цена
			белки	жиры	углеводы			
Завтрак	Салат из белокочанной капусты	40	0,77	1,64	5,75	33,05	45	
	Тефтели 2-й вариант 100/20	120	9,95	8,04	12,35	190,33	279	
	Макаронные изделия отварные с маслом	100	3,85	5,11	22,41	152,77	203	
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,26	0,00	7,24	30,82	376	
	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 завтрак		500	18,96	15,33	75,03	535,21		88,9

Завтрак 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	цена
			белки	жиры	углеводы			
Завтрак	Салат из белокочанной капусты	60	1,16	2,47	5,73	49,57	45	
	Тефтели 2-й вариант 100/20	120	9,95	8,04	12,35	190,33	279	
	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,82	7,67	33,61	229,16	203	
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,26	0,00	7,24	30,82	376	
	Хлеб пшеничный	45	3,56	0,45	21,73	96,12	Н	
	Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,94	62,2	Н	
Итого за завтрак		585	22,16	18,84	95,50	660,2		96,8

Старший повар
Ответственный по питанию



Кубанская степь»
И. Попов
« 11 2023 г.

СОГЛАСОВАНО
Директор МАНОУ СОШ № 6
А. Ю. Фесенко
« 28 11 2023 г.

М Е Н Ю
2-й день

Обед 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	цена
			белки	жиры	углеводы			
Обед	Борщ с капустой и картофелем	200	1,62	4,14	10,72	86,84	82	
	Салат из свеклы отварной	60	0,90	2,45	5,28	46,78	52	
	Котлеты или биточки рыбные (с маслом)	105	14,85	6,55	7,97	147,17	234	
	Картофель отварной (с маслом)	180	3,46	6,79	23,98	180	125	
	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,44	389	
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	64,08	Н	
	Хлеб ржаной	20	0,94	0,14	9,96	42,8	Н	
	Мармелад	40	0,04	0,00	28,96	120	Н	
Итого за обед		830	25,18	20,38	121,56	772,11		114,14

Обед 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	цена
			белки	жиры	углеводы			
Обед	Борщ с капустой и картофелем	250	2,03	5,17	13,40	108,55	82	
	Салат из свеклы отварной	100	1,50	4,10	8,80	77,96	52	
	Котлеты или биточки рыбные (с маслом)	105	14,85	6,55	7,97	147,17	234	
	Картофель отварной (с маслом)	180	3,46	6,79	23,98	180	125	
	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,44	389	
	Хлеб пшеничный	45	3,56	0,45	21,75	96,12	Н	
	Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,94	64,2	Н	
	Мармелад	40	0,04	0,00	28,96	120	Н	
Итого за обед		945	27,85	23,27	139,98	878,44		127,03

Старший повар 
 Ответственный по питанию 