



Утвержд  
Директор



Меню  
"05" сентября 2023г

Возрастная  
категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 7								
ОБЕД	Рассольник	200	2,00	4,26	19,84	93,02	94	
	Овощи натуральные свежие (огурцы в нарезке)**	60	0,42	0,06	1,14	7,2	71	
	Котлеты, биточки (особые свин/говяж) (с соусом)	100/20	17,39	12,93	14,10	239,67	269	
	Макаронные изделия отварные с маслом (обед)	150	5,57	6,87	34,96	227,66	203	
	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,44	389	
	Хлеб пшеничный 20	20	1,58	0,20	9,66	42,72	Н	
	Хлеб ржаной 20	20	0,94	0,14	9,96	42,8	Н	
	Фрукты св. (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338	
ИТОГО ЗА ОБЕД		850	29,30	24,86	119,66	784,51		

Ст.повар



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАНОУ СОШ № 6 им. И.Е. Убийвовк

А.Ю. Фё

5.09.2023 г.

### ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ЗАВТРАКОВ

Возрастная категория: от 12 лет и старше

Прим пищи	Наименование блюда цена	цена	выход блюда	калорийность	белки	жиры	углевод ы
завтрак	салат из свеклы отварной		60	52,17	0,90	3,05	5,28
	Плов из свинины		150	315	25,80	9,30	
	Компот из сухофруктов		200	202,3	1,10	0,06	49,46
	хлеб пшеничный		40	85,44	3,16	0,40	19,32
	хлеб ржаной		30	64,2	1,41	0,21	14,94
	фрукты (слива)		100	44	0,80	0,30	9,60
Итого:			580	763,11	33,17	13,32	

Старший повар Голубка В.В. В.В. Голубка

Ответственный по питанию Якушова М.Н. М.Н. Якушова