



Меню
"06" сентября 2023г.

Ум Верзесадо.
Директор школы
Солн в 6:00 в 10:00

Возрастная категория: 7-11 лет

Днем	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецепту	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
ЗАВТРАК	Птица тушеная в соусе (завтрак)	100	15,95	11,11	3,38	177,95	290	
	Рыба из овощей (завтрак)	130	2,17	3,54	12,09	89,99	143	
	Какао с молоком	200	3,88	3,10	25,06	147,36	382	
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	Н	
	Хлеб ржаной 30	30	1,41	0,21	14,94	64,2	Н	
	Хлеб ржаной 30	500	25,57	18,36	74,79	564,94		
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК								
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	100/60	10,13	10,07	6,81	158,22	229	
	Рис отварной (обед)	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	40	3,16	0,40	19,32	85,44	Н	
	Хлеб ржаной 20	20	0,94	0,14	9,96	42,8	Н	
	Хлеб ржаной 20	740	25,44	22,11	120,58	754,22		
ИТОГО ЗА ОБЕД								
ПОЛДНИК	Духовые пирожки с смородиной	80	2,34	6,72	22,14	204,6	Н	
	Кисломолочный продукт 150	150	6,75	3,75	9,00	90	386-3	
	Фрукты св. (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338	
Фрукты св. (яблоко)*	310	9,49	10,87	40,94	341,6			
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК								
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1550	61,66	51,34	236,31	1660,76		

Ст. повар *[Signature]*

отв. по питанию *[Signature]*



УТВЕРЖДАЮ:
Директор МАНОУ СОЦИ № 6 им. И.Е. Убийко
А.Ю. Фесенко



6.09.2023

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ЗАВТРАКОВ

Возрастная категория: от 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда цена	цена	выход блюда	калорийность	белки	жиры	углевод ы
завтрак	птица тушеная в соусе		100	177,95	15,95	11,11	3,38
	рагу из овощей		180	124,6	3,01	4,90	16,74
	какао с молоком		200	147,36	3,88	3,10	25,16
	хлеб пшеничный 45		45	96,12	3,56	0,45	21,73
	хлеб ржаной 30		30	64,2	1,41	0,21	14,94
Итого:			1725	1845,33	65,00	58,45	261,54

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

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