

УТВЕРЖДАЮ:
 Директор ООО «Кубанская степь»
 С.Н.Попов

« 19 » 09 2024 г.

СОГЛАСОВАНО:
 Директор МАНΟΥ СОШ № 6
 А.Ю.Фесенко

« 19 » 09 2024 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	8Ю45	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 Якоф
 Ответственный по питанию Якоф

УТВЕРЖДАЮ
 Директор ООО «Кубанская степь»
 С.Н. Попов
 « 19 » 09 2024 г.

СОГЛАСОВАНО:
 Директор МАНОУ СОШ № 6
 А.Ю. Фесенко
 « 19 » 09 2024 г.

М Е Н Ю
4-й день

Обед 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	цена
			белки	жиры	углеводы			
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,77	4,95	12,90	89,75	88	
	Консервированный зеленый горошек	60	0,62	3,64	1,28	40,32	18	
	Биточки паровые (говяж.)	100	13,29	10,85	9,10	210,19	281	
	Каша рассыпчатая (пшеничная с маслом)	150	7,5	5,19	42,02	234,39	171	
	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,44	389	
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	42,72	Н	
	хлеб ржаной	20	0,94	0,14	9,96	42,8	Н	
Фрукты (слива)	100	0,80	0,30	9,60	44	338		
Итого за обед		900	27,59	25,27	114,72	788,61		114,14

Обед 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	цена
			белки	жиры	углеводы			
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,77	5,20	8,75	89,67	88	
	Салат из свежих огурцов	100	0,875	6,02	2,35	66,6	20	
	Биточки паровые (говяж.)	100	13,29	10,85	9,10	210,19	281	
	Каша рассыпчатая (пшеничная с маслом)	180	9,11	6,23	50,42	281,27	171	
	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,44	389	
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	Н	
	хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,94	64,2	Н	
Фрукты (слива)	100	0,80	0,30	9,60	44	338		
Итого за обед		1000	31,29	29,21	134,68	925,81		127,03

Старший повар *Лоп*
 Ответственный по питанию *СН*