



**М Е Н Ю**  
**10-й день**

Завтраки 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
<b>День 10</b>								
ЗАВТРАК	Кукуруза консервированная	40	0,24	0,08	1,68	7,96	71/1	
	Котлеты домашние (свин/говяж)	100	15,58	18,43	13,07	275,9	271	
	Каша рассыпчатая (пшеничная с маслом)	100	4,09	2,51	24,04	100	171	
	Чай с лимоном	200	0,14	0,00	10,18	40,9	377	
	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	
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>510</b>	<b>24,62</b>	<b>21,63</b>	<b>83,23</b>	<b>574,4</b>		<b>88,9</b>

Завтрак 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
<b>День 10</b>								
ЗАВТРАК	Кукуруза консервированная)	60	0,36	0,12	2,52	11,94	71/1	
	Котлеты домашние (свин/говяж)	100	15,58	18,43	13,07	275,9	271	
	Каша рассыпчатая (пшеничная с маслом)	150	6,14	3,76	36,06	150	171	
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,26	0,00	7,24	30,82	376	
	Хлеб пшеничный 45	45	3,56	0,45	21,73	96,12	Н	
	Хлеб ржаной 40	40	1,88	0,28	19,92	85,6	Н	
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>595</b>	<b>27,78</b>	<b>23,04</b>	<b>100,54</b>	<b>650,38</b>		<b>96,8</b>

Старший повар  
 Ответственный по питанию



СОГЛАСОВАНО:  
 Директор МАНΟΥ СОШ № 6  
 А.Ю. Фесенко  
 « 25 » 08 2024 г.

**М Е Н Ю**  
**10-й день**

**ОБЕД 7-11 лет**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества	Энергетическая ценность			№ рецептуры	Цена
				Белки	Жиры	Углеводы		
ОБЕД	Суп-лапша домашняя	200	4,20	5,60	21,14	95,5	113	
	Салат из квашеной капусты**	60	0,59	3,03	4,02	46,04	47	
	Отбивная из мяса птицы (курица)	100	12,29	13,05	11,16	213	249	
	Пюре картофельное (обед)	150	2,78	4,38	17,85	122,38	312	
	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 20	20	0,94	0,14	9,96	42,8	Н	
	Фрукты св, (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338	
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>870</b>	<b>25,36</b>	<b>27,00</b>	<b>113,45</b>	<b>736,6</b>		<b>114,14</b>

**ОБЕД 12 лет и старше**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества	Энергетическая ценность		№ рецептуры		Цена
ОБЕД	Суп-лапша домашняя	250	5,25	7,00	26,42	119,38	113	
	Салат из квашеной капусты**	100	0,99	5,06	7,04	78,13	47	
	Отбивная из мяса птицы (курица)	100	12,29	13,05	11,16	213	249	
	Пюре картофельное (обед)	180	3,91	5,85	26,44	176,35	312	
	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 40	40	1,88	0,28	19,92	85,6	Н	
	Фрукты св, (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338	
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>1010</b>	<b>28,88</b>	<b>32,04</b>	<b>140,30</b>	<b>889,34</b>		<b>127,03</b>

Старший повар *[подпись]*  
 Ответственный по питанию *[подпись]*