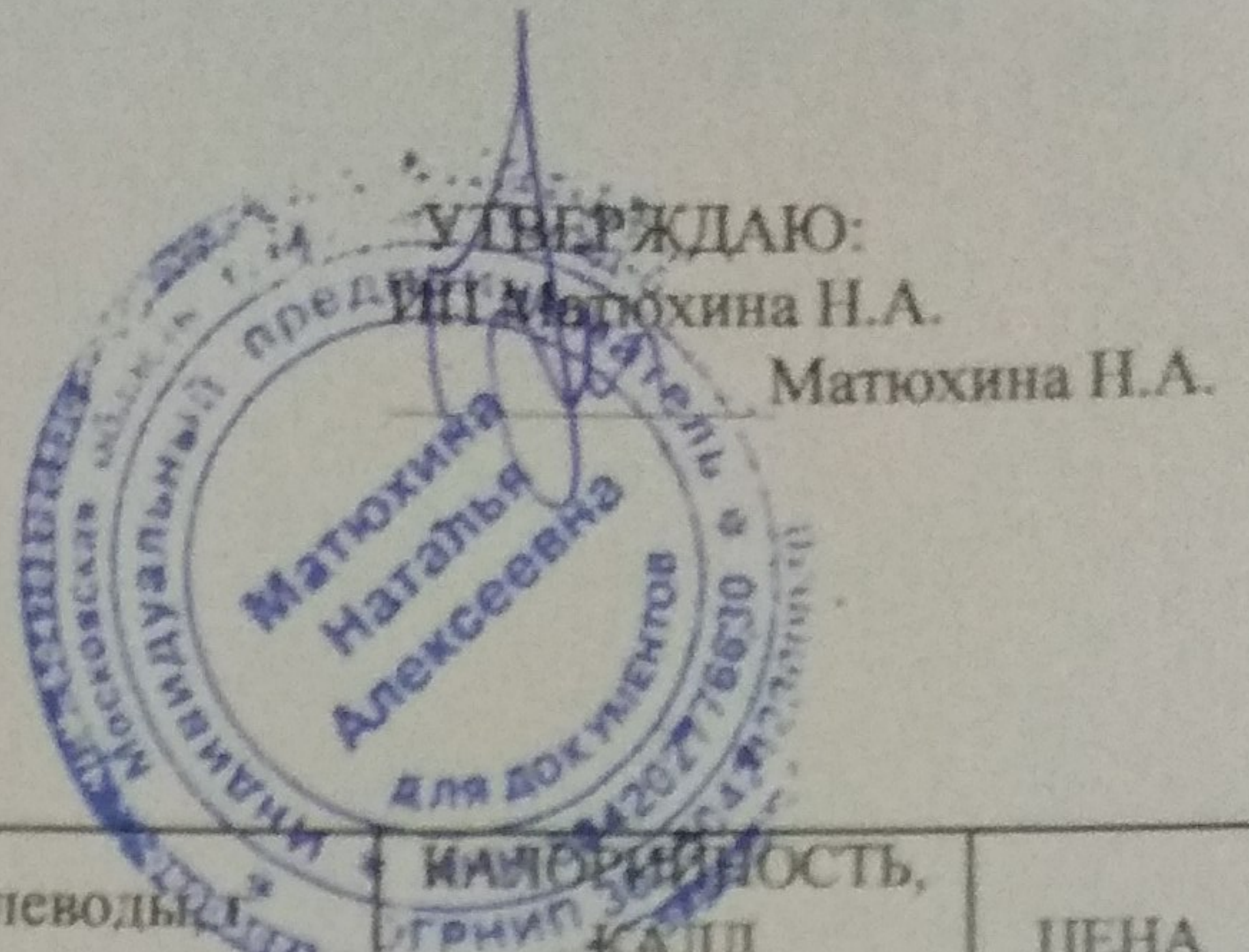




СОГЛАСОВАНО
 Директор МБОУ «Средняя общеобразовательная школа №1 им. Н.С. Бульчева»



УТВЕРЖДАЮ:
 Матюхина Н.А.
 Матюхина Н.А.

МЕНЮ

День 4 на "04" сентября 2023г

| Наименование блюда | Выход, г | | Белки, г | | Жиры, г | | Углеводы, г | | КАЛОРИЙНОСТЬ, ККАЛ | | ЦЕНА |
|---------------------------|------------|-------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|--------------------|----------------|--------------|
| | 7-10л | 11-18л | 7-10л | 11-18л | 7-10л | 11-18л | 7-10л | 11-18л | 7-10л | 11-18л | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | 81,00 |
| Омлет | 200 | 250 | 20,88 | 26,10 | 22,47 | 28,09 | 3,90 | 4,88 | 301,42 | 376,78 | |
| Какао-напиток на молоке | 200 | 200 | 3,97 | 3,97 | 3,80 | 3,80 | 9,10 | 9,10 | 87,52 | 87,52 | |
| Печенье | 40 | 40 | 3,00 | 3,00 | 3,92 | 3,92 | 29,76 | 29,76 | 166,80 | 166,80 | |
| Хлеб из муки пшеничной | 60 | 60 | 4,50 | 4,50 | 1,74 | 1,74 | 30,84 | 30,84 | 157,20 | 157,20 | |
| Итого за завтрак: | 500 | 550 | 32,35 | 37,57 | 31,93 | 37,55 | 73,61 | 74,58 | 712,94 | 788,30 | |
| Обед | | | | | | | | | | | 92,00 |
| Салат Мозайка | 60 | 100 | 1,73 | 2,88 | 4,43 | 7,38 | 6,11 | 10,18 | 71,43 | 119,05 | |
| Суп крестьянский с | 200 | 250 | 2,07 | 2,59 | 4,11 | 5,13 | 10,99 | 13,74 | 89,39 | 111,74 | |
| Рыба, запеченная с | 240 | 280 | 24,78 | 28,91 | 14,54 | 16,96 | 30,86 | 36,00 | 354,67 | 413,78 | |
| Компот из плодов сушеных | 200 | 200 | 0,48 | 0,48 | 0,04 | 0,04 | 14,83 | 14,83 | 60,72 | 60,72 | |
| Хлеб из муки пшеничной | 60 | 60 | 4,50 | 4,50 | 1,74 | 1,74 | 30,84 | 30,84 | 157,20 | 157,20 | |
| Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 40 | 2,24 | 2,24 | 0,44 | 0,44 | 19,76 | 19,76 | 92,80 | 92,80 | |
| Итого за обед: | 800 | 930 | 35,79 | 41,59 | 25,28 | 31,68 | 113,39 | 125,35 | 826,21 | 955,29 | |
| Полдник | | | | | | | | | | | 50,00 |
| Биточки манные с повидлом | 150 | | 3,39 | | 5,27 | | 45,50 | | 240,00 | | |
| Сок фруктовый | 200 | | 10,00 | | 0,00 | | 20,00 | | 84,00 | | |
| Итого за полдник: | 350 | | 13,39 | | 5,27 | | 65,50 | | 324,00 | | |
| Итого за день | | 1480 | 81,5 | 79,2 | 62,5 | 69,2 | 252,5 | 199,9 | 1 863,2 | 1 743,6 | |

Ответственный за питание: _____

Повар: _____