

«Согласовано»

Директор МБОУ Г.С.С. №3

Мещеряков

Мещеряков А.В.

«Утверждаю»

ИП Чекунков О.А.

О.А. Чекунков

ВАРИАНТ 10

МЕНЮ на «21» 09 2023 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
<b>Завтрак (ОВЗ)</b> (возрастная категория 7-11 лет)						
1	Каша молочная манная жидкая	150	4,1	5,4	25,2	182
2	Фрукты свежие (яблоко)	150	0,6	0,6	14,3	68
3	Чай с сахаром	200/15	0,1	0	15,0	59
4	Хлеб пшеничный	40	4,8	1,2	20,5	105
	<b>Итого:</b>	<b>555</b>	<b>9,6</b>	<b>7,2</b>	<b>77,3</b>	<b>415</b>
<b>2-ой завтрак</b>						
1	Яблоки печеные	100	0,4	0,4	24,9	108
2	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,3	0,0	15,2	60
	<b>Итого:</b>	<b>322</b>	<b>0,7</b>	<b>0,4</b>	<b>40,1</b>	<b>168</b>
	<b>Стоимость рациона:</b>					
<b>Завтрак (ОВЗ)</b> (возрастная категория 12 лет и старше)						
1	Каша молочная манная жидкая	200	5,5	6,8	33,6	242
2	Фрукты свежие (яблоко)	150	0,6	0,6	14,3	68
3	Чай с сахаром	200/15	0,1	0	15,0	59
4	Хлеб пшеничный	40	4,8	1,2	20,5	105
	<b>Итого:</b>	<b>605</b>	<b>11,0</b>	<b>8,6</b>	<b>85,7</b>	<b>475</b>
<b>2-ой завтрак</b>						
1	Яблоки печеные	100	0,4	0,4	24,9	108
2	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,3	0,0	15,2	60
	<b>Итого:</b>	<b>322</b>	<b>0,7</b>	<b>0,4</b>	<b>40,1</b>	<b>168</b>
	<b>Стоимость рациона:</b>					

Зав. производством

Муромов

Экономист по ценам

[Подпись]