

«Согласовано»

Директор МБОУ ГСШ №3

*Григорьев*

«Утверждаю»

ИИ Чекунов О.А.

*О.А. Чекунов*



МЕНЮ на «22» 09 2023 г.

ВАРИАНТ 11

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
<b>Завтрак</b> (возрастная категория 7-11 лет)						
1	Помидоры свежие	60	0,5	0,1	0,1	8
2	Фрикадельки рыбные	90	12,3	12,8	9,8	126
3	Соус томатный	30	11	2,2	2,2	52
4	Пюре картофельное	150	3,9	8,9	39,8	233
5	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,3	0,0	15,2	60
6	Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	92
	<b>Итого:</b>	<b>592</b>	<b>21,1</b>	<b>24,5</b>	<b>86,5</b>	<b>570</b>
	<b>Стоимость рациона:</b>					
<b>Завтрак</b> (возрастная категория 12 лет и старше)						
1	Помидоры свежие	100	2,2	0,7	12,8	62
2	Фрикадельки рыбные	100	13,7	14,2	10,9	140
3	Соус томатный	30	1,1	2,5	2,5	52
4	Пюре картофельное	180	4,7	10,7	47,8	279
5	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,3	0,0	15,2	60
6	Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	92
	<b>Итого:</b>	<b>672</b>	<b>25,0</b>	<b>28,3</b>	<b>108,3</b>	<b>685</b>
	<b>Стоимость рациона:</b>					

Зав. производством *Муратов*

Экономист по ценам *[Signature]*