

«Согласовано»

Директор МБОУ ГСШ №3

О.В. Зимарина

МЕНЮ

на 06.12.2021г.

| ЗАВТРАК и ОБЕД для обеспечения горячим питанием обучающихся МБОУ ГСШ №3 возрастной группы 7-11 лет за счет родительских средств | Выход г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая Ценность | № по сборнику рецептур | Цена рублей |
|---|---------|--------------|--------------|---------------|-------------------------|------------------------|--------------|
| ВАРИАНТ-1 | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| Овощи свежие, отварные, соленые | 60 | 1,4 | 0,20 | 6,60 | 30,0 | | |
| Плов из птицы | 180 | 18,36 | 22,76 | 32,84 | 409,40 | 492 | |
| Чай с сахаром | 200 | 0,20 | 0,0 | 15,0 | 58,0 | 685 | |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,0 | 0,20 | 19,50 | 91,90 | | |
| Фрукты свежие (яблоко) | 150 | 0,6 | 0,6 | 14,30 | 68,40 | | |
| Итого | | 23,56 | 23,76 | 88,24 | 657,70 | | 72-09 |
| Обед | | | | | | | |
| Овощи свежие, отварные, соленые | 60 | 1,4 | 0,2 | 6,6 | 30,0 | | |
| Суп картофельный с горохом | 200 | 4,60 | 4,40 | 15,20 | 117,50 | | |
| Котлеты рубленые из птицы | 80 | 12,96 | 16,64 | 12,08 | 250,32 | 294/2011 | |
| Макаронные изделия отварные с маслом | 150 | 5,50 | 5,70 | 33,30 | 206,40 | 203/2011 | |
| Компот из свежих плодов | 200 | 0,20 | 0,20 | 27,50 | 112,70 | 342/2011 | |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,0 | 0,20 | 19,50 | 91,90 | | |
| Хлеб пеклеваный | 30 | 1,90 | 0,30 | 12,30 | 59,40 | | |
| Итого | | 29,56 | 27,64 | 126,50 | 868,22 | | 72-09 |
| Всего | | 53,12 | 51,40 | 214,74 | 1525,92 | | |
| ЗАВТРАК и ОБЕД для обеспечения горячим питанием обучающихся МБОУ ГСШ №3 возрастной группы 12-18 лет за счет родительских средств | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| Овощи свежие, отварные, соленые | 100 | 2,40 | 0,40 | 11,0 | 50,0 | | |
| Плов из птицы | 200 | 20,40 | 25,30 | 36,50 | 454,90 | 492 | |
| Чай с сахаром | 200 | 0,20 | 0,0 | 15,0 | 58,0 | 685 | |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,0 | 0,20 | 19,50 | 91,90 | | |
| Фрукты свежие (яблоко) | 150 | 0,60 | 0,60 | 14,30 | 68,40 | | 72-09 |
| Итого | | 26,60 | 26,50 | 96,30 | 723,20 | | |
| Обед | | | | | | | |
| Овощи свежие, отварные, соленые | 100 | 2,40 | 0,40 | 11,0 | 50,0 | | |
| Суп картофельный с горохом | 250 | 5,80 | 5,40 | 19,0 | 147,30 | 102/2011 | |
| Котлеты рубленые из птицы | 100/5 | 16,2 | 20,7 | 15,10 | 312,10 | 294/2011 | |
| Макаронные изделия отварные с маслом | 180 | 6,60 | 6,90 | 39,90 | 247,60 | 203/2011 | |
| Компот из свежих плодов | 200 | 0,20 | 0,20 | 27,50 | 112,70 | 342/2011 | |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,0 | 0,20 | 19,50 | 91,90 | | |
| Хлеб пеклеваный | 30 | 1,9 | 0,30 | 12,30 | 59,40 | | |
| Итого | | 36,10 | 34,10 | 144,30 | 1021,0 | | 72-09 |
| Всего | | 62,70 | 60,6 | 240,60 | 1744,2 | | |

Директор:

Зав. производством:

Экономист по ценам: