

СОГЛАСОВАНО

Директор

МБОУ

ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА

№ 11

г. ПАВЛУК

2023 г.

УТВЕРЖДАЮ

ИП Павлюк Наталия Николаевна

Меню на «24» 11



Возрастная категория 7-11 лет						
Завтрак	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Салат из белокочанной капусты	60	1,0	3,0	5,5	54,0	45
Котлеты или биточки рыбные	90	11,5	9,3	13,2	183,3	234
Пюре картофельное	150	3,4	8,3	21,6	174,3	312
Чай с сахаром и лимоном	207	0,13	0,02	15,2	62	377
Хлеб пшеничный	40	3,1	0,2	20,1	94,7	СРБ
Хлеб ржаной	20	1,3	0,25	6,7	34,8	СРБ
Итого за прием пищи	567	20,4	21,1	82,3	603,1	
Цена 71 рубль 46 копеек						
Обед	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Овощи натуральные по сезону	60	0,5	0,1	1,0	7,8	70/71
Борщ с капустой и картофелем	200	1,4	3,9	8,7	83,0	82
Птица, тушенная в соусе	90	16,0	16,8	2,1	228,3	290\331
Макаронные изделия отварные	150	5,7	4,2	36,0	204,3	309
Компот из свежих плодов	200	0,11	0,11	10,6	45,2	342
Хлеб пшеничный	60	4,6	0,4	30,1	142,1	СРБ
Хлеб ржаной	40	2,6	0,5	13,4	69,6	СРБ
Итого за прием пищи	800	30,9	26,0	101,9	780,3	
Цена 76 рублей						
Возрастная категория 12-18 лет						
Завтрак	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Салат из белокочанной капусты	100	1,5	5,1	9,3	89,9	45
Биточки рыбные	100	12,9	10,4	14,7	203,6	234
Пюре картофельное	180	3,9	9,2	25,1	197,7	312
Чай с сахаром и лимоном	207	0,13	0,02	15,2	62	377
Хлеб пшеничный	40	3,1	0,2	20,1	94,7	СРБ
Итого за прием пищи	627	21,5	24,9	84,4	647,9	
Цена 55 рублей						
Обед	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Овощи натуральные по сезону	100	0,8	0,2	1,7	13,0	70/71
Борщ с капустой и картофелем	250	1,8	4,9	10,9	103,8	82
Птица, тушенная в соусе	100	16,1	17,2	2,7	236,8	290\331
Макаронные изделия отварные	180	6,6	4,3	41,8	232,1	309
Компот из свежих плодов	200	0,11	0,11	10,6	45,2	342
Хлеб пшеничный	60	4,6	0,4	30,1	142,1	СРБ
Хлеб ржаной	45	3,0	0,5	15,0	78,3	СРБ
Итого за прием пищи	935	33,0	27,6	112,8	851,3	
Цена 76 рублей						