

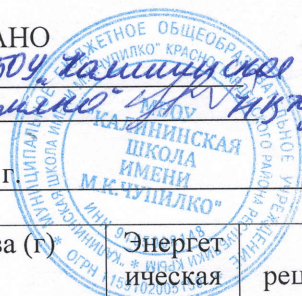


УТВЕРЖДАЮ
ИП Павлов В.В.

СОГЛАСОВАНО

Директор

МБОУ "Самородковская школа им. М.А. Суворова"
МБОУ "Самородковская школа им. М.А. Суворова"



Меню на « 23 » 12

2022 г.

Возрастная категория 7-11 лет

Завтрак	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Салат из белокочанной капусты	80	1,2	4,1	7,4	71,92	45
Котлеты или биточки рыбные	95	11,5	9,3	13,2	183,3	234
Пюре картофельное	155	3,4	8,3	21,6	174,3	312
Чай с сахаром и лимоном	186	0,1	0,0	13,7	55,8	377
Хлеб пшеничный	40	3,1	0,2	20,1	94,7	СРБ
Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	43,5	СРБ
Итого за прием пищи	581	21,0	22,2	84,4	623,5	

Цена 60 рублей 13 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	155	5,7	4,2	36,0	204,3	309
Компот из свежих плодов	180	0,1	0,1	9,5	40,7	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	790	31,3	26,0	102,4	784,5	

Цена 76 рублей

Возрастная категория 12-18 лет

Завтрак	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Биточки рыбные	105	12,9	10,4	14,7	203,6	234
Салат из белокочанной капусты	80	1,2	4,1	7,4	71,92	45
Пюре картофельное	185	3,9	9,2	25,1	197,7	312
Чай с сахаром и лимоном	186	0,1	0,0	13,7	55,8	377
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	656	25,3	24,6	104,4	740,7	

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	185	6,6	4,3	41,8	232,1	309
Компот из свежих плодов	180	0,1	0,1	9,5	40,7	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	920	33,0	27,6	111,7	846,8	

Цена 76 рублей