

«Согласовано»

Директор МОУ

СМ № 1
Мисаева СМ

«Утверждаю»

ИП Чекунов О.А.

О.А. Чекунов

МЕНЮ на

17 января 2023 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	Энер.цен-ность, ккал
Завтрак (возрастная категория 7-11 лет)						
1	Тефтели с соусом томатным	90/30	9,4	15,8	14,3	223
2	Каша гречневая вязкая	150	6,1	4,8	27,8	178
3	Чай с лимоном	200/15/7	0,3	0	15,2	60
4	Хлеб пшеничный	40	3	0,2	19,5	92
	Итого:	532	18,8	20,8	76,8	553
	Стоимость рациона:					
Завтрак (возрастная категория 12 лет и старше)						
1	Тефтели с соусом томатным	100/30	10,4	22	15,9	281
2	Каша гречневая вязкая	180	7,3	5,8	33,6	214
3	Чай с лимоном	200/15/7	0,3	0	15,2	60
4	Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	115
	Итого:	582	21,7	28,1	89	670
	Стоимость рациона:					

Зав. производством _____

Экономист по ценам _____

«Согласовано»

Директор МОУ



№ 1



МЕНЮ на

«Утверждаю»

ИП Чекунов О.А.



17 января 2023 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
Обед (возрастная категория 7-11 лет)						
1	Овощи (свежие или соленые, или вареные)	60	0,5	0,1	1	8
2	Суп картофельный с крупой	200	1,5	2,2	9,7	70
3	Котлета рубленая из птицы	90	14,6	18,7	13,6	223
4	Макаронные изделия отварные	150	5,5	5,7	33,3	206
5	Кисель из повидла	200	0,1	0	28,2	95
6	Хлеб пшеничный	40	3	0,2	19,5	92
7	Хлеб пеклеваный	40	2,5	0,4	16,5	79
	Итого:	780	27,7	27,2	121,8	773
	Стоимость рациона:					
Обед (возрастная категория 12 лет и старше)						
1	Овощи (свежие, или соленые, или вареные)	100	0,8	0,2	1,7	13
2	Суп картофельный с крупой	250	1,9	2,8	12,1	88
3	Котлета рубленая из птицы	100	16,2	20,8	15,1	248
4	Макаронные изделия отварные	180	6,5	6,8	28,2	248
5	Кисель из повидла	200	0,1	0	28,2	95
6	Хлеб пшеничный	40	3	0,2	19,5	92
7	Хлеб пеклеваный	40	2,5	0,4	16,5	79
	Итого:	910	31	31,2	121,3	862
	Стоимость рациона:					

Зав. производством _____

Экономист по ценам _____



«Согласовано»

Директор МОУ СШ №2
Михаил Мясников

«Утверждаю»

ИП Чекунков О.А.
Олег Чекунков

МЕНЮ на : 17 января 2023 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак ОВЗ (возрастная категория 7-11 лет)						
1	Тефтели с соусом томатным	90/30	9,4	15,8	14,3	223
2	Каша гречневая вязкая	150	6,1	4,8	27,8	178
3	Чай с лимоном	200/15/7	0,3	0	15,2	60
4	Хлеб пшеничный	40	3	0,2	19,5	92
	Итого:	532	18,8	20,8	76,8	553
2-ой завтрак						
1	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,5	46
2	Сок фруктовый	180	0,9	0,2	17,7	80
	Итого:	280	1,3	0,6	27,2	126
	Стоимость рациона:					
Завтрак ОВЗ (возрастная категория 12 лет и старше)						
1	Тефтели с соусом томатным	100/30	10,4	22	15,9	281
2	Каша гречневая вязкая	180	7,3	5,8	33,6	214
3	Чай с лимоном	200/15/7	0,3	0	15,2	60
4	Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	115
	Итого:	582	21,7	28,1	89	670
2-ой завтрак						
1	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,5	46
2	Сок фруктовый	200	1,1	0,2	19,5	83
	Итого:	300	1,5	0,6	29	129
	Стоимость рациона:					

Зав. производством _____

Экономист по ценам _____

«Согласовано»

Директор МОУ СДМ №2

Мухоморова / Мухоморова

«Утверждаю»

ИП Чекунов О.А.

Чекунов

МЕНЮ на :

17 января 2023 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
Обед ОВЗ (возрастная категория 7-11 лет)						
1	Овощи (свежие, или соленые, или вареные)	60	0,5	0,1	1	8
2	Суп картофельный с крупой	200	1,5	2,2	9,7	70
3	Котлета рубленая из птицы	90	14,6	18,7	13,6	223
4	Макаронные изделия отварные	150	5,5	5,7	33,3	206
5	Кисель из повидла	200	0,1	0	28,2	95
6	Хлеб пшеничный	40	3	0,2	19,5	92
7	Хлеб пеклеванный	40	2,5	0,4	16,5	79
	Итого:	780	27,7	27,2	121,8	773
Полдник						
1	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,5	46
2	Сок фруктовый	200	0,9	0,2	17,7	80
	Итого:	300	1,3	0,6	27,2	126
	Стоимость рациона:					
Обед ОВЗ (возрастная категория 12 лет и старше)						
1	Овощи (свежие, или соленые, или вареные)	100	0,8	0,2	1,7	13
2	Суп картофельный с крупой	250	1,9	2,8	12,1	88
3	Котлета рубленая из птицы	100	16,2	20,8	15,1	248
4	Макаронные изделия отварные	180	6,5	6,8	28,2	248
5	Кисель из повидла	200	0,1	0	28,2	95
6	Хлеб пшеничный	40	3	0,2	19,5	92
7	Хлеб пеклеванный	40	2,5	0,4	16,5	79
	Итого:	910	31	31,2	121,3	862
Полдник						
1	Фрукты свежие	150	0,6	0,6	14,3	68
2	Сок фруктовый	200	1,1	0,2	19,5	83
	Итого:	350	1,7	0,8	33,8	152
	Стоимость рациона:					

Зав. производством _____

Экономист по ценам _____

29