

«Согласовано»

Директор МОУ Сели № 1

Михаил / Михаил

«Утверждаю»

ИП Чекунов О.А.

О.А. Чекунов

МЕНЮ на 4

18 января 2023 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак (возрастная категория 7-11 лет)						
1	Каша молочная манная жидкая с маслом сливочным	200/10	5,5	6,8	33,6	242
2	Яйцо вареное	40	5,5	5	0,3	67
3	Кофейный напиток	200	2,5	3,6	28,7	152
4	Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,4	115
	Итого:	500	17,2	15,7	87	576
	Стоимость рациона:					
Завтрак (возрастная категория 12 лет и старше)						
1	Каша молочная манная жидкая с маслом сливочным	250/10	6,9	7,9	42	283
2	Яйцо вареное	40	5,5	5	0,3	67
3	Кофейный напиток	200	2,5	3,6	28,7	152
4	Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,4	115
	Итого:	550	18,6	16,8	95,4	617
	Стоимость рациона:					

Зав. производством _____

Экономист по ценам _____

38

«Согласовано»

Директор МОУ Вели № 2

Митя / Мисево М

«Утверждаю»

ИП Чекунов О.А.

Зинуров

МЕНЮ на

18 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 из овощей	200	1,5	3	8,9	68
3	Котлета рыбная любительская	90	12	12,8	9,8	126
4	Картофель отварной или пюре картофельное	150	4	4	39,4	211
5	Компот из яблок	200	0,2	0,2	27,1	111
6	Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	115
7	Хлеб пеклеваный	40	2,5	0,4	16,5	79
	Итого:	790	24,4	20,8	127	718
	Стоимость рациона:					
Обед (возрастная категория 12 лет и старше)						
1	Овощи (свежие, или соленые, или вареные)	100	2,2	0,7	12,8	62
2	Суп из овощей	250	1,9	3,8	11,1	85
3	Котлета рыбная любительская	100	13,3	14,2	10,9	140
4	Картофель отварной или пюре картофельное	180	4,7	4,7	47,3	237
5	Компот из яблок	200	0,2	0,2	27,1	111
6	Хлеб пшеничный	60	4,4	0,4	29,2	138
7	Хлеб пеклеваный	50	3,2	0,4	20,6	99
	Итого:	940	29,9	24,4	159	872
	Стоимость рациона:					

Зав. производством _____

Экономист по ценам _____

30

«Согласовано»

Директор МОУ СОВС №2

М.В. Мусеев

«Утверждаю»

ИП Чекунов О.А.

О.А. Чекунов

МЕНЮ на 18 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	Каша молочная манная жидкая с маслом сливочным	200/10	5,5	6,8	33,6	242
2	Яйцо вареное	40	5,5	5	0,3	67
3	Кофейный напиток	200	2,5	3,6	28,7	152
4	Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,4	115
	Итого:	500	17,2	15,7	87	576
2-ой завтрак						
1	Бутерброд с маслом	5/20	1,4	4,7	9,2	84
2	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,5	46
3	Чай с лимоном	180/15/7	0,2	0	13,5	55
	Итого:	305	2	5,1	32,2	185
	Стоимость рациона:					
Завтрак ОВЗ (возрастная категория 12 лет и старше)						
1	Каша молочная манная жидкая с маслом сливочным	250/10	6,9	7,9	42	283
2	Яйцо вареное	40	5,5	5	0,3	67
3	Кофейный напиток	200	2,5	3,6	28,7	152
4	Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,4	115
	Итого:	550	18,6	16,8	95,4	617
2-ой завтрак						
1	Бутерброд с маслом	10/30	2,3	7,5	14,7	135
2	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,5	46
3	Чай с лимоном	180/15/7	0,2	0	13,5	55
	Итого:	320	2,9	7,9	37,7	236
	Стоимость рациона:					

Зав. производством _____

Экономист по ценам _____

39

«Согласовано»

Директор МОУ № 2

М.В. Давыдова

«Утверждаю»

ИП Чекунов О.А.

О.А. Чекунов

18 января 2023 г.

МЕНЮ на «

№ 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 из овощей	200	1,5	3	8,9	68
3	Котлета рыбная любительская	90	12	12,8	9,8	126
4	Картофель отварной или пюре картофельное	150	4	4	39,4	211
5	Компот из яблок	200	0,2	0,2	27,1	111
6	Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	115
7	Хлеб пеклеваемый	40	2,5	0,4	16,5	79
	Итого:	790	24,4	20,8	127	718
Полдник						
1	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,5	46
2	Компот из сухофруктов	180	0,3	18,1	88,3	398
3	Кондитерское изделие	20	1,6	2	14,4	80,8
		300	2,3	20,5	112,2	524
	Стоимость рациона:					
Обед ОВЗ (возрастная категория 12 лет и старше)						
1	Овощи (свежие, или соленые, или вареные)	100	2,2	0,7	12,8	62
2	Суп из овощей	250	1,9	3,8	11,1	85
3	Котлета рыбная любительская	100	13,3	14,2	10,9	140
4	Картофель отварной или пюре картофельное	180	4,7	4,7	47,3	237
5	Компот из яблок	200	0,2	0,2	27,1	111
6	Хлеб пшеничный	60	4,4	0,4	29,2	138
7	Хлеб пеклеваемый	50	3,2	0,4	20,6	99
	Итого:	940	29,9	24,4	159	872
Полдник						
1	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,5	46
2	Компот из сухофруктов	200	0,7	0,3	20,1	98
3	Кондитерское изделие	50	4	5	35,5	202
		350	5,1	5,8	65,1	346
	Стоимость рациона:					

Зав. производством _____

Экономист по ценам _____

19