

«Согласовано»

Директор МОУ ОММ № 2

Михаил / Шинкева ИИ

«Утверждаю»

ИП Чекунов О.А.

О.А. Чекунов

МЕНЮ на 19 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	Овощи (свежие, или соленые, или вареные)	60	1,3	0,4	7,7	37
2	Котлета рыбная любительская	90	12,3	12,8	9,8	126
3	Картофель отварной или пюре картофельное	150	3,1	7,4	21,6	165
4	Чай с сахаром	200/15	0,1	0	15	59
5	Хлеб пшеничный	40	3	0,2	19,5	92
	Итого:	555	19,8	20,8	73,4	479
	Стоимость рациона:					
Завтрак (возрастная категория 12 лет и старше)						
1	Овощи (свежие, или соленые, или вареные)	100	2,2	0,6	12,8	62
2	Котлета рыбная любительская	100	13,7	14,2	10,9	140
3	Картофель отварной или пюре картофельное	180	3,7	8,9	25,9	198
4	Чай с сахаром	200/15	0,1	0	15	59
5	Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,4	115
	Итого:	645	23,4	24	88,8	574
	Стоимость рациона:					

Зав. производством _____

Экономист по ценам _____

19

«Согласовано»

Директор МОУ Вели №2

Михаил / Мисево 211

«Утверждаю»

ИП Чекунов О.А.

О.А. Чекунов

МЕНЮ

19 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 макаронными изделиями	200	2,3	2,2	16,1	94
3	Плов из птицы	200	20,4	25,3	36,5	389
4	Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0	30,8	127
5	Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	115
6	Хлеб пеклеванный	40	2,5	0,4	16,5	79
	Итого:	750	29,8	28,3	125,2	811
	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 макаронными изделиями	250	2,9	2,8	20,1	118
3	Плов из птицы	230	23,5	29,1	42	437
4	Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0	30,8	127
5	Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	115
6	Хлеб пеклеванный	40	2,5	0,4	16,5	79
	Итого:	870	33,8	32,8	135,4	888
	Стоимость рациона:					

Зав. производством _____

Экономист по ценам _____

48

«Согласовано»

Директор МОУ СШ № 2

Мещеряков М.И.

«Утверждаю»

ИП Чекунов О.А.

О.А. Чекунов

МЕНЮ на 19 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	Овощи (свежие, или соленые, или вареные)	60	1,3	0,4	7,7	37
2	Котлета рыбная любительская	90	12,3	12,8	9,8	126
3	Картофель отварной или пюре картофельное	150	3,1	7,4	21,6	165
4	Чай с сахаром	200/15	0,1	0	15	59
5	Хлеб пшеничный	40	3	0,2	19,5	92
	Итого:	555	19,8	20,8	73,4	479
2-ой завтрак						
1	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,5	46
2	Компот из сухофруктов	200	0,6	0	31,4	124
3	Кондитерское изделие	20	1,6	2	14,4	81
	Итого:	320	2,6	2,4	55,3	251
	Стоимость рациона:					
Завтрак ОВЗ (возрастная категория 12 лет и старше)						
1	Овощи (свежие, или соленые, или вареные)	100	2,2	0,6	12,8	62
2	Котлета рыбная любительская	100	13,7	14,2	10,9	140
3	Картофель отварной или пюре картофельное	180	3,7	8,9	25,9	198
4	Чай с сахаром	200/15	0,1	0	15	59
5	Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,4	115
	Итого:	645	23,4	24	88,8	574
1	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,5	46
2	Компот из сухофруктов	200	0,6	0	31,4	124
3	Кондитерское изделие	30	2,4	3	21,6	121
	Итого:	330	3,4	3,4	62,5	291
	Стоимость рациона:					

Зав. производством _____

Экономист по ценам _____

О.А. Чекунов

«Согласовано»

Директор МОУ СМ № 1
Иванов И.И.

МЕНЮ на

«Утверждаю»

ИП Чекунков О.А.

19 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 макаронными изделиями	200	2,3	2,2	16,1	94
3	Плов из птицы	200	20,4	25,3	36,5	389
4	Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0	30,8	127
5	Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	115
6	Хлеб пеклеваный	40	2,5	0,4	16,5	79
	Итого:	750	29,8	28,3	125,2	811
Полдник						
1	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,5	46
2	Чай с сахаром	180/15	0,2	0	13,5	55
3	Кондитерское изделие	20	1,6	2	14,4	81
		315	2,2	2,4	37,4	182
	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 макаронными изделиями	250	2,9	2,8	20,1	118
3	Плов из птицы	230	23,5	29,1	42	437
4	Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0	30,8	127
5	Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	115
6	Хлеб пеклеваный	40	2,5	0,4	16,5	79
	Итого:	870	33,8	32,8	135,4	888
Полдник						
1	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,5	46
2	Чай с сахаром	200/15	0,1	0	15	58
3	Кондитерское изделие	50	4	5	35,5	202
		365	4,5	5,4	59,8	306,9
	Стоимость рациона:					

Зав. производством _____

Экономист по ценам _____