

«Согласовано»

Директор МОУ \_\_\_\_\_ № 1

\_\_\_\_\_

«Утверждаю»

ИП Чекунков О.А.

\_\_\_\_\_

МЕНЮ на

27 января 2023 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	Энер.цен-ность, ккал
<b>Завтрак</b> (возрастная категория 7-11 лет)						
1	Бутерброд с маслом сливочным, повидлом	10/30/40	3,3	7,3	31	247
2	Каша молочная «Дружба»	200	5,0	10,1	30,5	261
3	Чай с лимоном	200/15/7	0,3	0	15,2	60
	<b>Итого:</b>	<b>502</b>	<b>8,6</b>	<b>17,4</b>	<b>76,7</b>	<b>568</b>
	Стоимость рациона:					
<b>Завтрак</b> (возрастная категория 12 лет и старше)						
1	Бутерброд с маслом сливочным, повидлом	10/30/40	3,3	7,3	31	247
2	Каша молочная «Дружба»	250	6,9	15,1	43,4	364
3	Чай с лимоном	200/15/7	0,3	0	15,2	60
	<b>Итого:</b>	<b>552</b>	<b>10,5</b>	<b>22,4</b>	<b>89,6</b>	<b>672</b>
	Стоимость рациона:					

Зав. производством \_\_\_\_\_

Экономист по ценам \_\_\_\_\_

106

«Согласовано»

Директор МОУ СОШ № 2  
Мухоморова И.М.

«Утверждаю»

ИП Чекунов О.А.  
О.А. Чекунов

МЕНЮ на 4

27 января 2023 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
<b>Обед</b> (возрастная категория 7-11 лет)						
1	Овощи (свежие, или соленые, или вареные)	60	0,5	0,1	1	8
2	Суп картофельный с горохом	200	4,6	4,4	15,2	118
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 свежих плодов	200	0,2	0,2	19,5	92
6	Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	92
7	Хлеб пеклеваный	40	2,5	0,4	16,5	79
	<b>Итого:</b>	<b>780</b>	<b>76,8</b>	<b>22,1</b>	<b>120,9</b>	<b>725</b>
	<b>Стоимость рациона:</b>					
<b>Обед</b> (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 горохом	250	5,8	5,5	15,2	147
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 свежих плодов	200	0,2	0,2	19,5	92
6	Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	115
7	Хлеб пеклеваный	40	2,5	0,4	16,5	79
	<b>Итого:</b>	<b>920</b>	<b>31</b>	<b>25,5</b>	<b>135,4</b>	<b>823</b>
	<b>Стоимость рациона:</b>					

Зав. производством \_\_\_\_\_

Экономист по ценам \_\_\_\_\_

109

«Согласовано»

Директор МОУ

Медведева М.И. №1

«Утверждаю»

ИП Чекунов О.А.

Чекунов О.А.

МЕНЮ на

27 января 2023 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
<b>Завтрак ОБЗ</b> (возрастная категория 7-11 лет)						
1	Бутерброд с маслом сливочным, повидлом	10/30/40	3,3	7,3	31	247
2	Каша молочная «Дружба»	200	5,0	10,1	30,5	261
3	Чай с лимоном	200/15/7	0,3	0	15,2	60
	Итого:	502	8,6	17,4	76,7	568
<b>2-ой завтрак</b>						
1	Бутерброд с маслом	5/20	1,4	4,7	9,2	85
2	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,5	46
3	Чай с сахаром	180/15	0,2	0	13,5	52
	Итого:	320	2	5,1	32,2	136
	Стоимость рациона:					
<b>Завтрак ОБЗ</b> (возрастная категория 12 лет и старше)						
1	Бутерброд с маслом сливочным, повидлом	10/30/40	3,3	7,3	31	247
2	Каша молочная «Дружба»	250	6,9	15,1	43,4	364
3	Чай с лимоном	200/15/7	0,3	0	15,2	60
	Итого:	552	10,5	22,4	89,6	672
<b>2-ой завтрак</b>						
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 сахаром	180/15	0,2	0	13,5	52
	Итого:	335	2,9	7,9	37,7	233
	Стоимость рациона:					

Зав. производством \_\_\_\_\_

Экономист по ценам \_\_\_\_\_

102



«Согласовано»

Директор МОУ \_\_\_\_\_

Согласовано № 2  
1/1/2023 1/1/23

«Утверждаю»

ИП Чекунов О.А.

\_\_\_\_\_

МЕНЮ на « \_\_\_\_\_

27 января 2023 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
<b>Обед ОВЗ</b> (возрастная категория 7-11 лет)						
1	Овощи (свежие, или соленые, или вареные)	60	0,5	0,1	1	8
2	Суп картофельный с горохом	200	4,6	4,4	15,2	118
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 свежих плодов	200	0,2	0,2	19,5	92
6	Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	92
7	Хлеб пеклеваный	40	2,5	0,4	16,5	79
	Итого:	780	76,8	22,1	120,9	725
<b>Полдник</b>						
1	Бутерброд с маслом	5/20	1,4	4,7	9,2	85
2	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,5	46
3	Чай с сахаром	180/15	0,2	0	13,5	52
	Итого:	320	2	5,1	32,2	136
	Стоимость рациона:					
<b>Обед ОВЗ</b> (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 горохом	250	5,8	5,5	15,2	147
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 свежих плодов	200	0,2	0,2	19,5	92
6	Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	115
7	Хлеб пеклеваный	40	2,5	0,4	16,5	79
	Итого:	920	31	25,5	135,4	823
<b>Полдник</b>						
1	Бутерброд с маслом	10/40	2,3	7,5	14,7	135
2	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,5	46
3	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58
	Итого:	365	2,9	7,9	39	239
	Стоимость рациона:					

Зав. производством \_\_\_\_\_

Экономист по ценам \_\_\_\_\_

10/1