

«Согласовано»  
Директор МОУ

*Майра*

*СОВ. № 1*  
*1.11.2023 г.*

«Утверждаю»

ИП Чекунов О.А.

*О.А. Чекунов*

МЕНЮ на «    » 2023 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
<b>Завтрак</b> (возрастная категория 7-11 лет)						
1	Сыр (порциями)	15	4	4	4,1	54
2	Каша молочная «Геркулес» жидкая	200	8,1	11,5	40,8	300
3	Яйцо вареное	40	5,5	5	0,3	69
4	Чай с лимоном	200/15/7	0,3	0	15,2	60
5	Хлеб пшеничный	40	3	0,2	19,5	92
	<b>Итого:</b>	<b>517</b>	<b>20,9</b>	<b>20,7</b>	<b>79,9</b>	<b>575</b>
	<b>Стоимость рациона:</b>					
<b>Завтрак</b> (возрастная категория 12 лет и старше)						
1	Сыр (порциями)	15	4	4	4,1	54
2	Каша молочная «Геркулес» жидкая	250	10,1	14,4	59,8	340
3	Яйцо вареное	40	5,5	5	0,3	69
4	Чай с лимоном	200/15/7	0,3	0	15,2	60
5	Хлеб пшеничный	40	3	0,2	19,5	92
	<b>Итого:</b>	<b>567</b>	<b>22,9</b>	<b>23,6</b>	<b>98,9</b>	<b>615</b>
	<b>Стоимость рациона:</b>					

Зав. производством \_\_\_\_\_

Экономист по ценам \_\_\_\_\_

89

«Согласовано»

Директор МОУ Сели № 2

Михаил Мисестов

«Утверждаю»

ИП Чекунов О.А.

Олег Чекунов

МЕНЮ на «      » 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 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	40	3,0	0,2	19,5	91
6	Хлеб пеклеваный	40	2,5	0,4	16,5	79
	Итого:	740	29,1	28,2	120,4	787
	Стоимость рациона:					
<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 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
	Стоимость рациона:					

Зав. производством \_\_\_\_\_

Экономист по ценам \_\_\_\_\_

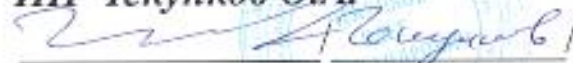
«Согласовано»

Директор МОУ

  
№ 2

«Утверждаю»

ИП Чекунов О.А.



МЕНЮ на « »

2023 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
<b>Завтрак ОВЗ</b> (возрастная категория 7-11 лет)						
1	Сыр (порциями)	15	4	4	4,1	54
2	Каша молочная «Геркулес» жидкая	200	8,1	11,5	40,8	300
3	Яйцо вареное	40	5,5	5	0,3	69
4	Чай с лимоном	200/15/7	0,3	0	15,2	60
5	Хлеб пшеничный	40	3	0,2	19,5	92
	<b>Итого:</b>	<b>517</b>	<b>20,9</b>	<b>20,7</b>	<b>79,9</b>	<b>575</b>
<b>2-ой завтрак</b>						
1	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,5	46
2	Сок фруктовый	180	0,9	0,2	17,7	80
3	Кондитерское изделие	20	1,6	2	14,4	81
	<b>Итого:</b>	<b>300</b>	<b>2,9</b>	<b>2,6</b>	<b>41,6</b>	<b>207</b>
	<b>Стоимость рациона:</b>					
<b>Завтрак ОВЗ</b> (возрастная категория 12 лет и старше)						
1	Сыр (порциями)	15	4	4	4,1	54
2	Каша молочная «Геркулес» жидкая	250	10,1	14,4	59,8	340
3	Яйцо вареное	40	5,5	5	0,3	69
4	Чай с лимоном	200/15/7	0,3	0	15,2	60
5	Хлеб пшеничный	40	3	0,2	19,5	92
	<b>Итого:</b>	<b>567</b>	<b>22,9</b>	<b>23,6</b>	<b>98,9</b>	<b>615</b>
<b>2-ой завтрак</b>						
1	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,5	46
2	Сок фруктовый	180	0,9	0,2	17,7	80
3	Кондитерское изделие	30	2,4	3	21,6	121
	<b>Итого:</b>	<b>310</b>	<b>3,7</b>	<b>3,6</b>	<b>48,8</b>	<b>247</b>
	<b>Стоимость рациона:</b>					

Зав. производством \_\_\_\_\_

Экономист по ценам \_\_\_\_\_

  
88

«Согласовано»

Директор МОУ Овес №2  
Матвеев Иван

«Утверждаю»

ИП Чекунов О.А.

МЕНЮ на «      » 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 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	40	3,0	0,2	19,5	91
6	Хлеб пеклеваный	40	2,5	0,4	16,5	79
	<b>Итого:</b>	<b>740</b>	<b>29,1</b>	<b>28,2</b>	<b>120,4</b>	<b>787</b>
<b>Полдник</b>						
1	Бутерброд с маслом	5/20	1,4	4,7	9,2	84
2	Фрукты	100	0,4	0,4	9,5	46
3	Компот из сухофруктов	180	0,6	0,3	18	88
	<b>Итого:</b>	<b>305</b>	<b>2,4</b>	<b>5,4</b>	<b>36,7</b>	<b>218</b>
	<b>Стоимость рациона:</b>					
<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 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
	<b>Итого:</b>	<b>870</b>	<b>33,8</b>	<b>32,8</b>	<b>135,4</b>	<b>888</b>
<b>Полдник</b>						
1	Бутерброд с маслом	10/30	2,3	7,5	14,7	135
2	Фрукты	150	0,6	0,6	14,3	68
3	Компот из сухофруктов	180	0,6	0,3	18	88
	<b>Итого:</b>	<b>370</b>	<b>3,5</b>	<b>8,4</b>	<b>47,1</b>	<b>292</b>
	<b>Стоимость рациона:</b>					

Зав. производством \_\_\_\_\_

Экономист по ценам \_\_\_\_\_

*89*