

Утверждаю  
Директор школы



О.А.Денисова

Прием пищи	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	54-6к	Каша вязкая молочная пшенная	200	274,9	8,3	10,2	37,6
	54-21гн	Какао с молоком	200	100,4	4,6	3,6	12,6
	Пром.	Творог с наполнителем	125	167,5	15,4	5	15,1
	Пром.	Печенье	80	360	7,6	7,6	57,6
Обед	54-1с	Щи из свежей капусты со сметаной	250	115,25	5,8	7	7,2
	54-8м	Тефтели из говядины паровые	80	156,1	10,9	9,5	6,7
	54-21м	Курица отварная	80	123,8	25,7	1,9	0,9
	54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	150	233,7	8,3	6,3	36
	54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	81	0,5	0	19,8
	Пром.	Хлеб пшеничный	60	140,6	4,6	0,5	29,5

Повар

*Тюкаева*

Тюкаева Т.Ф.

Утверждаю  
Зав. филиалом  
*Г.П. Бибнева*  
Бибнева Г.П.

Ежедневное меню основного питания на 21 сентября 2023 года  
филиала МБОУ СОШ №1 г. Спасска ОШ с. Кошелевка

Возрастная категория: 7 – 11 лет

Длительность пребывания детей в школе: 4 - 5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Энергетическая ценность (Ккал)
завтрак	Каша вязкая молочная из пшениной крупы	200	208,24
	Масло сливочное (порциями)	10	65,72
	Чай с лимоном	200	62
	Хлеб пшеничный	30	70,14
<b>Итого за завтрак</b>		<b>440</b>	<b>406,01</b>
обед	Салат из свеклы с зеленым горошком	60	43,74
	Щи из свежей капусты с картофелем	250	157,04
	Плов из курицы	230	351,13
	Компот из свежих яблок	200	114,6
	Хлеб пшеничный	20	46,76
	Хлеб ржаной	40	91,96
	Груша свежая	150	68,26
	<b>Итого за обед</b>		<b>900</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1340</b>	<b>1279,59</b>

Стоимость завтрака: 33 руб

Стоимость обеда: 68 руб

Возрастная категория: 12 лет и старше

Длительность пребывания детей в школе: 6 - 7 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Энергетическая ценность (Ккал)
завтрак	Каша вязкая молочная из пшениной крупы	200	208,24
	Масло сливочное (порциями)	10	65,72
	Чай с лимоном	200	62
	Хлеб пшеничный	40	93,52
<b>Итого за завтрак</b>		<b>450</b>	<b>429,48</b>
обед	Салат из свеклы с зеленым горошком	100	72,9
	Щи из свежей капусты с картофелем	250	157,04
	Плов из курицы	280	427,47
	Компот из свежих яблок	200	114,6
	Хлеб пшеничный	30	70,14
	Хлеб ржаной	60	137,94
	<b>Итого за обед</b>		<b>920</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1370</b>	<b>1409,57</b>

Стоимость завтрака: 33 руб.

Стоимость обеда: 55 руб.

Повар

*Мерз*

Комарова М.А.