



УТВЕРЖДАЮ:

ИП Махарова Л.П.

Махарова Л.П.

СОГЛАСОВАНО:

Директор

МБОУ «Октябрьская СШ №1»

Гуляев В.В.

## МЕНЮ

на 22 декабря 2022г.

| №<br>рецептурн.<br>сборника | Наименование блюда               | Выход<br>порции | Пищевые вещества (гр) |             |             | Энергетическая<br>ценность калл | Цена         |
|-----------------------------|----------------------------------|-----------------|-----------------------|-------------|-------------|---------------------------------|--------------|
|                             |                                  |                 | Белки                 | жиры        | углеводы    |                                 |              |
| <b>ЗАВТРАК</b>              |                                  |                 |                       |             |             |                                 |              |
| 71                          | Овощная нарезка (св.огурец)      | 100             | 0,8                   | 0,1         | 1,9         | 12                              | 16,10        |
| 234/331                     | Котлета рыбная (треска) с соусом | 100             | 6,73                  | 8,02        | 5,04        | 115                             | 36,50        |
| 305                         | Рис припущенный                  | 180             | 10,8                  | 12,0        | 47,6        | 266                             | 17,09        |
| т/н                         | Хлеб пшеничный                   | 50              | 3,85                  | 1,20        | 26,7        | 133,0                           | 2,80         |
| 376                         | Чай с сахаром                    | 200             | 0,07                  | 0,02        | 15          | 60                              | 4,60         |
|                             | <b>Всего завтрак</b>             | <b>620,0</b>    | <b>21,4</b>           | <b>21,1</b> | <b>90,9</b> | <b>560</b>                      | <b>77,09</b> |
|                             |                                  |                 |                       |             |             |                                 |              |
|                             | <b>Дополнительный завтрак</b>    |                 |                       |             |             |                                 |              |
|                             | Капуста тушеная                  | 100             | 2,06                  | 3,23        | 9,42        | 75,1                            | 26,60        |
|                             |                                  |                 |                       |             |             |                                 |              |

Повар:

Павленко И.В



УТВЕРЖДАЮ:

ИП Махарова Л.П.

Махарова Л.П.

СОГЛАСОВАНО:

Директор

МБОУ «Октябрьская СШ №1»

Гуляев В.В.

## МЕНЮ

на 22 декабря 2022г.

| №<br>рецептурн.<br>сборника | Наименование блюда                  | Выход<br>порции | Пищевые вещества (гр) |              |              | Энергетическая<br>ценность калл | Цена          |
|-----------------------------|-------------------------------------|-----------------|-----------------------|--------------|--------------|---------------------------------|---------------|
|                             |                                     |                 | Белки                 | жиры         | углеводы     |                                 |               |
| <b>ЗАВТРАК</b>              |                                     |                 |                       |              |              |                                 |               |
| 1                           | Овощная нарезка (св.помидор)        | 60              | 0,8                   | 0,1          | 1,9          | 12,0                            | 16,10         |
| 2                           | Котлета рыбная (треска) с<br>соусом | 120/20          | 10,32                 | 8,4          | 14,41        | 174,0                           | 36,50         |
| 3                           | Рис припущенный                     | 180             | 10,8                  | 12,0         | 47,6         | 266,0                           | 17,09         |
| 4                           | Чай с сахаром                       | 200             | 0,07                  | 1,2          | 15,0         | 60,0                            | 4,60          |
| 5                           | Хлеб пшеничный                      | 40              | 3,08                  | -            | 26,7         | 133,0                           | 2,80          |
| 6                           | Хлеб ржаной                         | 20              | 1,9                   | 0,3          | 12,3         | 59,4                            | 3,00          |
| <b>2 завтрак</b>            |                                     |                 |                       |              |              |                                 |               |
| 1                           | Сок натуральный в упаковке          | 1/200           | 0,95                  | -            | 17,29        | 72,9                            | 20,00         |
| 2                           | печенье                             | 30              | 4,4                   | 17,0         | 15,6         | 117,0                           | 9,91          |
|                             | <b>Всего завтрак</b>                | <b>640</b>      | <b>32,3</b>           | <b>39,02</b> | <b>117,9</b> | <b>704,4</b>                    | <b>110,00</b> |

Повар:

Павленко И.В.

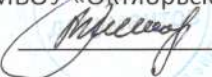


УТВЕРЖДАЮ:  
ИП Махарова Л.П.

Махарова Л.П.

СОГЛАСОВАНО:

Директор  
МБОУ «Октябрьская СШ №1»

  
Гуляев В.В.

## МЕНЮ на 22 декабря 2022г.

| №<br>рецептурн.<br>сборника           | Наименование блюда | Выход<br>порции | Пищевые вещества (гр) |      |          | Энергетическая<br>ценность калл | Цена  |
|---------------------------------------|--------------------|-----------------|-----------------------|------|----------|---------------------------------|-------|
|                                       |                    |                 | Белки                 | жиры | углеводы |                                 |       |
| Дополнительный завтрак ОВЗ 1-4 класс  |                    |                 |                       |      |          |                                 |       |
| 71                                    | Огурец соленый     | 60              | 0,48                  | 0,06 | 1,14     | 7,2                             | 11,22 |
| Дополнительный завтрак ОВЗ 5-11 класс |                    |                 |                       |      |          |                                 |       |
| 338                                   | Груши свежие       | 200             | 0,80                  | 0,60 | 20,60    | 24                              | 37,82 |
|                                       |                    |                 |                       |      |          |                                 |       |
|                                       |                    |                 |                       |      |          |                                 |       |
|                                       |                    |                 |                       |      |          |                                 |       |
|                                       |                    |                 |                       |      |          |                                 |       |

Повар:

Павленко И.В.