

УТВЕРЖДАЮ:

ИП Махарова Л.П.



Махарова Л.П.

СОГЛАСОВАНО:

Директор  
МБОУ «Октябрьская СШ №1»  
Гуляев В.В.



## МЕНЮ

на 10 марта 2023г.

№ рецептурн. сборника	Наименование блюда	Выход порции	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность калл	Цена
			Белки	жиры	углеводы		
ЗАВТРАК							
182	Каша молочная ячневая с маслом	250	8,3	4,24	55,8	369	35,75
15	Сыр порционно	10	2,32	2,95	-	36,0	18,47
т/н	Хлеб пшеничный	40	3,8	1,2	26,7	133,0	2,80
317	Чай с сахаром и лимоном	200/7	0,13	0,02	15,2	62,0	7,98
338	Яблоко	150	0,6	0,6	18,8	71,0	17,25
	<b>Всего завтрак</b>	<b>650</b>	<b>15,15</b>	<b>9,01</b>	<b>116,5</b>	<b>671</b>	<b>82,25</b>

Повар:

*Павленко И.В.*

Павленко И.В.

УТВЕРЖДАЮ:

ИП Махарова Л.П.



Махарова Л.П.

СОГЛАСОВАНО:

Директор

МБОУ «Октябрьская СШ №1»

Гуляев В.В.



## МЕНЮ

на 10 марта 2023г.

№ рецептурн. сборника	Наименование блюда	Выход порции	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность калл	Цена
			Белки	жиры	углеводы		
<b>ЗАВТРАК</b>							
1	Тефтели с соусом	100	11,1	16,4	11,96	240,0	36,50
2	Каша рассыпчатая пшениная	150	8,2	11,03	47,06	370,4	17,09
3	Хлеб пшеничный	30	1,8	0,75	7,35	46,4	2,80
4	Хлеб ржаной	20	1,9	0,30	12,3	59,4	3,00
5	Чай с сахаром и лимоном	200/7	0,13	0,02	15,2	62,0	7,09
6	Яблоко	120	0,13	-	10,0	38,6	13,61
<b>2 завтрак</b>							
1	Сок натуральный в упак	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>600</b>	<b>23,26</b>	<b>28,5</b>	<b>103,8</b>	<b>766,8</b>	<b>110,00</b>

Повар:

*Павленко И.В.*

Павленко И.В.