



УТВЕРЖДАЮ:

ИП Махарова Л.П.

Махарова Л.П.

СОГЛАСОВАНО:

Директор

МБОУ «Октябрьская СШ №1»

Гуляев В.В.



МЕНЮ

на 20 марта 2023г.

№ рецептурн. сборника	Наименование блюда	Выход порции	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность калл	Цена
			Белки	жиры	углеводы		
ЗАВТРАК							
182	Каша молочная из хлопьев овсяных с маслом	200/10	7,10	11,66	40,25	295,45	21,19
399	Блинчики с малиной	70	3,15	1,68	21,95	115,62	36,41
т/н	Хлеб пшеничный в/с	30	2,31	0,72	16,02	79,8	2,80
338	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	17,25
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	4,60
	Всего завтрак	600	13,03	14,48	103,02	597,87	82,25

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 20 марта 2023г.

№ рецептурн. сборника	Наименование блюда	Выход порции	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность калл	Цена
			Белки	жиры	углеводы		
ЗАВТРАК							
1	Каша молочная «Дружба»	200710	4,2	9,0	28,82	218	17,80
2	Блинчики со сгущенным молоком	70	9,88	4,75	27,7	154,7	39,80
3	Хлеб пшеничный в/с	30	2,31	0,72	16,02	79,8	2,80
4	Хлеб ржаной	20	1,9	0,3	12,3	59,4	3,00
5	Яблоко	100	0,13	-	10,0	38,6	12,09
6	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	4,60
2 завтрак							
1	Сок натуральный в упаковке 0,2	1/200	0,95	-	17,29	72,9	20,00
2	печенье	30	4,01	17,0	15,6	117,0	9,91
	Всего завтрак		17,98	14,82	73,47	427,48	110,00

Повар:

Павленко И.В.

Павленко И.В.