

ПОДАЮ:  
Махарова Л.П.  
Махарова Л.П.

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

## МЕНЮ на 14 ноября 2022г.

№ порционника	Наименование блюда	Выход порции	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность ккал
			Белки	жиры	углеводы	
<b>ЗАВТРАК</b>						
1	Овощная нарезка (св. помидор)	50	0,55	-	1,9	11
332	Котлеты куриные с соусом	100	10,18	11,33	7,07	147
04	Макароны отварные с маслом	180	0,87	7,3	38,35	246
н	Хлеб пшеничный в/с	40	3,08	0,96	21,36	106
76	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60
	<b>Всего завтрак</b>	<b>570</b>	<b>20,75</b>	<b>19,81</b>	<b>83,68</b>	<b>570</b>
	<b>Дополнительный завтрак</b>					
338	Бананы свежие	150	1,50	0,50	21,0	96

Повар: *Павленко* Павленко И.В.

Исполнитель:  
Махарова Л.П.

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

## МЕНЮ

### на 14 ноября 2022г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход порции	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность ккал
			Белки	жиры	углеводы	
<b>ЗАВТРАК</b>						
1	Каша рисовая молочная	200	4,98	10,48	32,71	245,69
2	Сыр порциями	10	2,63	2,66	-	34,33
3	Хлеб пшеничный	30	1,8	0,75	7,35	46,42
4	Хлеб ржаной	20	1,9	0,3	12,3	59,4
5	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60,0
6	Яблоко	100	0,13	-	10,0	38,7
<b>2 завтрак</b>						
1	Сок натуральный в упак.	1/200	0,95	-	17,29	72,96
2	Пряник «Нежный»	40	2,4	2,0	30,8	152,00
	<b>Всего завтрак</b>		<b>11,51</b>	<b>16,21</b>	<b>125,45</b>	<b>709,5</b>

Повар: *Павленко*

Павленко И.В.

УДАЮ:  
Махарова Л.П.  
Махарова Л.П.

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

## МЕНЮ на 14 ноября 2022г.

№	Наименование блюда	Выход порции	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность калл
			Белки	жиры	углеводы	
Дополнительный завтрак ОВЗ 1-4 класс						
338	Яблоко	100	0,15	-	10,0	38,7
Дополнительный завтрак ОВЗ 5-11 класс						
340	Ананас свежий	100	0,40	0,40	11,5	49

Повар: *Павленко* Павленко И.В.