



УТВЕРЖДАЮ:

ИП Махарова Л.П.

Махарова Л.П.



СОГЛАСОВАНО

Директор

МБОУ «Октябрьская СШ №1»

Гуляев В.В.

МЕНЮ

на 13 января 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 порционнo	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
	Всего завтрак	650	15,15	9,01	116,5	671	82,25

Повар:

Павленко

Павленко И.В



УТВЕРЖДАЮ:

ИП Махарова Л.П.

Махарова Л.П.



СОГЛАСОВАНО:

Директор

МБОУ «Октябрьская СШ №1»

Гуляев В.В.

МЕНЮ на 13 января 2023г.

№ рецептурн. сборника	Наименование блюда	Выход порции	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность калл	Цена
			Белки	жиры	углеводы		
ЗАВТРАК							
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
2 завтрак							
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
	Всего завтрак	600	23,26	28,5	103,8	766,8	110,09

Повар:

Павленко И.В.

Павленко И.В.