



Утверждаю

Директор

МБОУ Чутырской СОШ

М.А.Перевозчикова

04 2023 г.

МЕНЮ

День :девятый

Неделя: вторая

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Энергетическая ценность	Пищевые вещества (г)		
					Б	Ж	У
	Завтрак 1/4кл						
268	Омлет натуральный	100	14-85	130,8	8,62	9,69	2,15
457	Чай с сахаром	200	1-79	38,00	0,20	0,10	9,30
	Хлеб пшеничный	35	2-02	83,30	2,66	0,28	17,01
	Итого завтрак	335	18-66	252,1	11,48	7,34	28,46
	Завтрак ОВЗ						
268	Омлет натуральный	100	14-85	130,8	8,62	9,69	2,15
457	Чай с сахаром	200	1-79	38,00	0,20	0,10	9,30
6	Сыр порциями	20	11-90	71,60	4,64	5,90	0,00
	Апельсины свежие	150	16-50	60,00	1,35	0,30	12,15
	Хлеб пшеничный	70	4-04	166,6	5,32	0,56	34,02
	Итого завтрак	540	49-08	516,08	20,13	13,82	57,62
	Обед ОВЗ						
100	Рассольник «Ленинградский»	250/10	11-40	126,7	2,13	7,10	13,57
377	Пюре картофельное	180	13-89	223,2	22,68	8,46	13,86
350	Тефтели «Ёжики»	80	40-30	120,0	7,52	6,48	7,92
30	Соус красный основной	30	2-42	15,69	0,33	0,98	1,37
457	Чай с сахаром	200	1-79	38,00	0,20	0,10	9,30
	Хлеб пшеничный	35	2-02	83,30	2,66	0,28	17,01
	Хлеб дарницкий	35	2-00	74,90	2,42	0,42	14,84
	Итого обед	820	73-82	681,8	37,94	23,82	77,87
	Итого за день	1360	122-90	1197,88	58,07	37,64	135,49
	Обед м/д,м/о						
100	Рассольник «Ленинградский»	250/10	11-40	126,7	2,13	7,10	13,57
377	Пюре картофельное	150	13-89	186,0	18,90	7,05	11,55
350	Тефтели «Ёжики»	80	40-30	120,0	7,52	6,48	7,92
30	Соус красный основной	30	2-42	15,69	0,33	0,98	1,37
457	Чай с сахаром	200	1-79	38,00	0,20	0,10	9,30
	Хлеб пшеничный	35	2-02	83,30	2,66	0,28	17,01
	Хлеб дарницкий	35	2-00	74,90	2,42	0,42	14,84
	Итого обед	790	73-82	644,6	34,16	22,41	75,56
	Итого за день	1125	92-48	896,7	45,64	29,75	104,02
	Комплексный обед						
100	Рассольник «Ленинградский»	250/10	13-68	126,7	2,13	7,10	13,57
377	Пюре картофельное	150	16-67	186,0	18,90	7,05	11,55
350	Тефтели «Ёжики»	80	48-36	120,0	7,52	6,48	7,92
30	Соус красный основной	30	2-90	15,69	0,33	0,98	1,37
457	Чай с сахаром	200	2-15	38,00	0,20	0,10	9,30
	Хлеб пшеничный	35	2-42	83,30	2,66	0,28	17,01
	Хлеб дарницкий	35	2-40	74,90	2,42	0,42	14,84
	Итого обед	790	88-58	644,6	34,16	22,41	75,56
	Дополнительно						
18	Салат из свежих помидоров	100	20-29	74,00	1,00	6,20	3,60

Повар: Буач С.П.Буян