

Утверждаю: ИП Александрова Е.Н.



Александрова Е.Н.

2022

Согласовано: Директор МОКУ Малиновская СОШ



Малиновская А.Е.

2022

## МЕНЮ

День/неделя: Понедельник/4

Завтрак 7-11 лет

№ рецепта	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Цена 1блюда, руб
			Б	Ж	У		
229	Рыба, тушеная в томате с овощами	90	9,64	4,91	1,53	89,65	31,00
125	Картофель отварной	150	2,98	4,21	24,03	146,24	21,00
ПР	Подгарнировка из горошка зеленого	30	0,93	0,06	1,95	12,00	11,00
382	Какао с молоком	200	3,99	3,17	14,12	102,31	14,50
ПР	Хлеб пшеничный	45	3,56	0,45	21,74	105,75	3,50
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>515</b>	<b>21,10</b>	<b>12,80</b>	<b>63,37</b>	<b>455,95</b>	<b>81,00</b>

День/неделя: Понедельник/4

Завтрак 12-18 лет

№ рецепта	Наименование блюд	Масса порции /гр/	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Цена 1блюда, руб
			Б	Ж	У		
229	Рыба, тушеная в томате с овощами	100	10,80	5,50	1,71	100,41	35,00
125	Картофель отварной	200	3,99	5,64	32,20	195,96	28,00
ПР	Подгарнировка из горошка зеленого	30	0,93	0,06	1,95	12,00	11,00
382	Какао с молоком	200	3,99	3,17	14,12	102,31	14,50
ПР	Хлеб пшеничный	55	4,35	0,55	26,57	129,25	4,50
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>585</b>	<b>24,06</b>	<b>14,92</b>	<b>76,55</b>	<b>539,93</b>	<b>93,00</b>

ПОВАР

