

**МЕНЮ**

9 января 2023 г.

1-4 класс

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак( ТЖС, КМНС,ОВЗ)</b>								
2011	265	ПЛОВ	240	56,21	4,5	8	40,3	247
2011	21	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	60	10,43	0,1	2,8	0,7	28
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,75	2,2	0,2	13,7	64
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,75	1,9	0,3	11,6	55
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	185	2,63	0,3		14,8	60
<b>Итого</b>				<b>74,77</b>	<b>9</b>	<b>11,3</b>	<b>81,1</b>	<b>454</b>
<b>Обед(ОВЗ, родительская плата )</b>								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200/5	13,93	1,4	4,8	6,2	72
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	48,42	2,1	3,6	15	99
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,75	2,2	0,2	13,7	64
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,75	1,9	0,3	11,6	55
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	4,10	1	2,8	5,2	49
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	185	2,63	0,3		9,3	38
<b>Итого</b>				<b>74,58</b>	<b>8,9</b>	<b>11,7</b>	<b>61</b>	<b>377</b>
<b>Всего</b>				<b>149,35</b>	<b>39,2</b>	<b>41,8</b>	<b>197,2</b>	<b>1292</b>

**МЕНЮ**

9 января 2023 г.

5-11 кл

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак( ТЖС, КМНС,ОВЗ, родительская плата )</b>								
2011	265	ПЛОВ	280	64,73	5,2	9,3	46,9	287
2011	21	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	100	17,39	0,2	4,7	1,2	46
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,75	2,2	0,2	13,7	64
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,75	1,9	0,3	11,6	55
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	185	2,63	0,3		14,8	60
<b>Итого</b>				<b>90,25</b>	<b>9,8</b>	<b>14,5</b>	<b>88,2</b>	<b>512</b>
<b>Обед(ОВЗ, родительская плата )</b>								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	14,91	1,8	5,8	7,5	88
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	180	51,74	2,5	4,2	18	118
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,75	2,2	0,2	13,7	64
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,75	1,9	0,3	11,6	55
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	6,81	1,4	4,8	8,7	82
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	185	2,63	0,3		9,3	38
<b>Итого</b>				<b>81,59</b>	<b>10,1</b>	<b>15,3</b>	<b>68,8</b>	<b>445</b>
<b>Всего</b>				<b>171,84</b>	<b>43,6</b>	<b>52,6</b>	<b>219,1</b>	<b>1489</b>