

Утверждаю  
Директор МБОУ "СШ Вулканного ГП"

М.И.Каулин

**МЕНЮ**

МБОУ "СШ Вулканного ГП"

**13 марта 2024****день 7**

|                           |                                        | 13 марта 2024         |                    |       |              | день 7                     |          |
|---------------------------|----------------------------------------|-----------------------|--------------------|-------|--------------|----------------------------|----------|
| №<br>сборника<br>рецептур | наименование блюда                     | вес<br>блюда<br>(гр.) | пищевые вещества   |       |              | энергетическая<br>ценность | цена     |
|                           | завтраки                               |                       | Белки              | Жиры  | Углевод<br>ы |                            |          |
|                           | возрастная категория                   |                       | от 7 лет до 11 лет |       |              |                            |          |
| завтраки                  |                                        |                       |                    |       |              |                            |          |
|                           | сырники из творога с молоком сгущ      | 180                   | 26,8               | 14,48 | 28,16        | 355,27                     | 67,62р.  |
|                           | булочка с изюмом.масло сл              | 60                    | 4,85               | 10,03 | 40,55        | 231,25                     | 36,40р   |
|                           | чай с молоком                          | 200                   | 1,82               | 1,42  | 13,74        | 75,65                      | 7,63р.   |
|                           | груша                                  | 219                   | 0,83               | 0,62  | 21,53        | 98,23                      | 59,19р.  |
|                           |                                        |                       |                    |       |              |                            |          |
|                           |                                        | итого                 | 34,3               | 26,55 | 103,98       | 760,4                      | 170,84р. |
| обед                      |                                        |                       |                    |       |              |                            |          |
|                           | салат из св.помидоров и перца сладкого | 60                    | 0,7                | 4,09  | 2,28         | 49,64                      | 18,24 Р  |
|                           | суп картоф. С рыбными фрикадельками    | 220                   | 6,14               | 6,76  | 14,74        | 140,66                     | 20,21 Р  |
|                           | плов с отварной птицей                 | 240                   | 23,98              | 16,36 | 40,69        | 402,06                     | 53,22 Р  |
|                           | напиток витаминный                     | 200                   | 0,49               | 0,16  | 21,67        | 93,99                      | 4,68 Р   |
|                           | хлеб белый                             | 20                    | 1,58               | 0,2   | 9,66         | 47                         | 3,10 Р   |
|                           | хлеб серый                             | 50                    | 3,3                | 0,6   | 19,82        | 99                         | 5,63 Р   |
|                           |                                        |                       |                    |       |              |                            |          |
|                           |                                        | итого                 | 36,19              | 28,17 | 108,86       | 832,35                     | 105,08 Р |
| полдник                   |                                        |                       |                    |       |              |                            |          |
|                           | блинчики с джемом                      | 100                   | 6,61               | 7,17  | 44,16        | 267,92                     | 17,80 Р  |
| 685                       | ацедофелин                             | 200                   | 6,4                | 5     | 8            | 102                        | 52,00 Р  |
|                           | киви                                   | 100                   | 0,8                | 0,4   | 8,1          | 47                         | 40,19 Р  |
|                           |                                        | итого                 | 13,81              | 12,57 | 60,26        | 416,92                     | 109,99 Р |
|                           | возрастная категория                   |                       | от 12лет до 18 лет |       |              |                            |          |
| завтрак                   |                                        |                       |                    |       |              |                            |          |
|                           | сырники из творога с молоком сгущ      | 230                   | 32,3               | 13,1  | 28,79        | 366,63                     | 90,18р.  |
|                           | булочка с изюмом.масло сл              | 60                    | 4,85               | 10,03 | 40,55        | 231,25                     | 36,40р.  |
|                           | чай с молоком                          | 200                   | 1,82               | 1,42  | 13,74        | 75,65                      | 4,75р.   |
|                           | груша                                  | 219                   | 0,83               | 0,62  | 21,53        | 98,23                      | 59,64р.  |
|                           |                                        | 0                     |                    |       |              |                            |          |
|                           |                                        | итого                 | 39,8               | 25,17 | 104,61       | 771,76                     | 190,97 Р |
| обед                      |                                        |                       |                    |       |              |                            |          |
|                           | салат из св.помидоров и перца сладкого | 100                   | 1,12               | 6,82  | 3,8          | 82,73                      | 29,86 Р  |
|                           | суп картоф. С рыбными фрикадельками    | 260                   | 6,32               | 4,77  | 18,03        | 144,69                     | 20,78 Р  |
|                           | плов с отварной птицей                 | 280                   | 27,56              | 11,79 | 42,94        | 390,97                     | 62,03 Р  |
|                           | напиток витаминный                     | 200                   | 0,49               | 0,16  | 21,67        | 93,99                      | 4,68 Р   |
|                           | хлеб белый                             | 30                    | 2,37               | 0,3   | 14,49        | 70,5                       | 4,50 Р   |
|                           | хлеб серый                             | 50                    | 3,3                | 0,6   | 19,82        | 99                         | 6,75 Р   |
|                           |                                        | 0                     |                    |       |              |                            |          |
|                           |                                        | итого                 | 41,16              | 24,44 | 120,75       | 881,88                     | 128,60 Р |

шеф-повар Тен Е А

кладовщик Романенко Л В