

Меню
24

УТВЕРЖДАЮ
Начальник
С. Г. Орехова
МАОУ СОШ № 3
Усть-Лабинский район

от 7 до 11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда,г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 15								
ЗАВТРАК	Каша молочная рисовая с маслом сливочным	200	7,90	7,82	28,20	214,8	2/41	29,69
	Сыр (порциями)	20	3,68	4,64	0,00	56,48	205	14,95
	Масло (порциями)	15	0,12	10,88	0,19	99,15	204	17,51
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	10,18	43,26	392	5,42
	Хлеб пшеничный	42	2,52	0,63	22,68	108,49	878	2,51
	Хлеб ржаной	24	0,77	0,05	11,23	48,55	879	3,21
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	501	15,19	24,02	72,48	570,73		73,29
ОБЕД	Борщ с капустой и картофелем	200	2,08	6,14	11,46	109,84	57	12,87
	Бефстроганов из говядины	100	12,71	11,43	7,06	179,03	7/8	131,53
	Пюре картофельное с маслом	150	3,99	4,38	27,14	165,87	572.1	22,7
	Овощи свежие (огурец/помидор)	60	0,48	0,00	1,80	9	202,2	12,46
	Хлеб пшеничный	42	2,52	0,63	22,68	108,49	878	2,51
	Хлеб ржаной	24	0,77	0,05	11,23	48,55	879	3,21
	Сок плодовый	200	0,20	0,20	28,20	82,6	399г	22,1
Мороженое Пломбир	80	5,22	4,50	7,20	90	385	62,4	
ИТОГО ЗА ОБЕД	856,00	27,97	27,33	116,77	793,38		269,78	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1357,00	43,16	51,35	189,25	1364,11		343,07

Повар
№3
"Кубанская степь"
Усть-Лабинский район
Краснодарский край
Россия

"24" 14092025



УТВЕРЖДАЮ

Н.И. Сергеев

С.Н. Орехов

Возрастная категория: учащиеся 12-18 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 15								
ЗАВТРАК								
	Каша молочная рисовая с маслом сливочным	220	7,90	7,82	28,20	214,8	2/41	43,54
	Масло (порциями)	18	0,14	13,05	0,23	118,98	204	13,46
	Сыр (порциями)	25	5,75	7,25	0,00	88,25	205	29,18
	Чай с сахаром	200	0,18	0,00	10,02	41,64	392	5,42
	Хлеб пшеничный	54	3,24	0,81	29,16	139,48	878	6,13
	Хлеб ржаной	34	1,09	0,07	15,91	68,78	879	4,54
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		551	18,3	29	83,52	671,93		102,27
ОБЕД	Борщ с капустой и картофелем	250	2,60	7,67	14,33	137,3	57	16,88
	Бефстроганов из говядины	100	12,71	11,43	7,06	179,03	7/8	131,53
	Пюре картофельное с маслом	180	3,99	4,38	27,14	165,87	572.1	27,24
	Овощи свежие (огурец/помидор)	100	0,50	0,09	1,71	9,63	202,2	18,85
	Хлеб пшеничный	54	3,24	0,81	29,16	139,48	878	6,13
	Хлеб ржаной	34	1,09	0,07	15,91	68,78	879	4,54
	Сок фруктовый	200	0,20	0,20	28,20	82,6	399г	22,1
	Мороженое Пломбир	80	5,22	4,50	7,20	90	385	62,4
ИТОГО ЗА ОБЕД		998	29,55	29,15	130,71	872,69		289,67
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1549	47,85	58,15	214,23	1544,62		391,94

Повар

О.И. Сергеев

