

10 день



«Звезда»
Бадина Н.Ф.

МЕНЮ

На 12.10.2023г.



Согласовано:
Директор МБОУ «СОШ № 6»
Сидорова Е.И.

Наименование блюд	Цена	Выход г.	Б	Ж	У	Энер.цен. (ккал)
ОБЕД II ВАРИАНТ						
Винегрет с растительным маслом	5-42	60	0,6	5,3	4,1	67,1
Жаркое по-домашнему	61-87	200	20,1	18,8	17,2	317,9
Чай с сахаром	5-00	200	0,2	0	6,4	26,8
Хлеб ржано-пшеничный	5-36	80	5,3	0,96	27,2	144,8
ИТОГО:	80-00					556,6
ОБЕД III ВАРИАНТ						
Овощи в нарезке (помидоры)	9-40	60	0,7	0,1	2,3	14,4
Курица тушеная с морковью	44-18	90	12,7	5,2	3,9	113,8
Каша гречневая рассыпчатая	12-70	150	8,2	6,3	35,9	233,7
Компот из смородины	10-37	200	0,3	0,1	8,4	35,4
Хлеб ржано-пшеничный	3-35	50	3,3	0,6	17	90,5
ИТОГО:	80-00					487,8
ОБЕД IV ВАРИАНТ						
Суп картофельный с макаронными изделиями	8-56	200	5,2	2,8	18,5	119,6
Компот из вишни	15-42	200	0,2	0,0	17,7	71,0
Хлеб ржано-пшеничный	1-02	30	1,9	0,4	10,2	54,3
ИТОГО:	25-00					244,9

Старший повар
Экономист по ценам



«Звезда»
Бадина Н.Ф.

МЕНЮ для детей с ОВЗ



Наименование блюд	Цена	Выход г.	Б	Ж	У	Энер.цен. (ккал)
для учащихся с 7 лет до 11 лет						
ЗАВТРАК						
Масло сливочное	6-72	10	0,1	7,2	0,1	66,1
Каша жидкая молочная рисовая	26-65	150	3,9	4,05	21,5	138,4
Фрукт	24-75	150	2,3	0	33,6	143,4
Чай с сахаром	5-00	200	0,2	0	6,4	26,8
Батон нарезной	4-88	40	3	1,2	20,6	104,8
ИТОГО:	68-00					479,5
ОБЕД						
Винегрет с растительным маслом	5-42	60	0,6	5,3	4,1	67,1
Суп картофельный с макаронными изделиями	8-56	200	5,2	2,8	18,5	119,6
Картофельное пюре	11-78	150	3,1	5,3	19,8	139,4
Биточки с соусом	31-73	60/30	7,6	19,7	8,1	241,9
Компот из свежих яблок	7-16	200	0,15	0,14	9,93	41,5
Хлеб ржано-пшеничный	3-35	50	3,3	0,6	17	90,5
ИТОГО:	68-00					696,5
для учащихся с 11 лет до 18 лет						
ЗАВТРАК						
Масло сливочное	6-72	15	0,2	10,8	0,2	99,2
Каша жидкая молочная рисовая	26-65	200	5,3	5,4	28,7	184,5
Фрукт	24-75	150	2,3	0	33,6	143,4
Чай с сахаром	5-00	200	0,2	0	6,4	26,8
Батон нарезной	4-88	50	3,8	1,5	25,7	131
ИТОГО:	68-00					584,9
ОБЕД						
Винегрет с раст. маслом	9-04	100	1,0	8,3	6,8	111,8
Суп картофельный с макар. изд.	10-50	250	6,5	3,5	23,1	149,5
Картофельное пюре	14-13	180	3,7	6,4	23,8	167,3
Биточки с соусом	37-37	70/30	9,2	21,2	11,8	276,7
Компот из свежих яблок	7-16	200	0,15	0,14	9,93	41,5
Хлеб ржано-пшеничный	3-35	50	3,3	0,6	17	90,5
ИТОГО:	81-55					833,8

Старший повар
Экономист по ценам

