



Утверждаю: ИП Александрова Е.Н.

Александрова Е.Н.

2022

Согласовано: Директор МОБУ Новобурейская СОШ № 3

Гуманов Д.Н.

2022



МЕНЮ

День/неделя: Понедельник/4

Завтрак 7-11лет

№ рецепта	Наименование блюда	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
Итого за Завтрак		515	21,10	12,80	63,37	455,95	81,00

День/неделя: Понедельник/4

Завтрак 12-18лет

№ рецепта	Наименование блюда	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
Итого за Завтрак		585	24,06	14,92	76,55	539,93	93,00

ПОВАР *Г.И. Микифорова Т.Ю.*