

Согласовано

Директор МАОУ "СУВУМ№14
"Гидросток"Ъ

В.М.Максимова

Утверждаю

Директор школьного питания
ИП Асмакин О.В.

А.Ф.Швецова

МЕНЮ одnorазового питания

для обучающихся старше 11 лет

16.10.23
17.10.23
18.10.23
19.10.23
20.10.23

	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, Ккал	Витамин С
			Б	Ж	У		
Понедельник	Фрикадельки из говядины в соусе	100	10,26	9,93	6,84	157,58	0,49
	Каша гречневая	200	11,40	10,46	49,43	337,40	0,00
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	22,60	118,00	0,00
	Чай с сахаром	200	0,12	0,00	15,00	60,00	0,00
	ИТОГО: 102,67 руб	550	25,58	20,79	93,87	672,98	0,49
Вторник	Кнели куриные с рисом	110	14,05	15,94	6,48	253,99	0,80
	Пюре картофельное	180	3,78	7,27	27,95	192,56	6,12
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	22,60	118,00	0,00
	Компот из яблок с лимоном	200	0,30	0,20	25,10	103,00	3,30
	Фрукты свежие	150	0,75	0,00	40,50	165,00	10,00
ИТОГО: 102,67 руб	690	22,68	23,81	122,63	832,55	20,22	
Среда	Ёжики из говядины с соусом	100	9,50	15,30	11,40	221,00	0,80
	Макаронные изделия	200	7,05	0,90	38,71	193,20	0,02
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	22,60	118,00	0,00
	Компот из с/ф	200	0,50	0,00	27,00	110,00	0,50
ИТОГО: 102,67 руб	550	20,85	16,60	99,71	642,20	1,32	
Четверг	Шницель из говядины с соусом	120	13,79	13,85	13,54	233,91	0,81
	Рис отварной	180	4,42	7,28	40,57	245,52	0,00
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	22,60	118,00	0,00
	Компот из свежих плодов или ягод	200	0,50	0,20	23,10	96,00	4,30
ИТОГО: 102,67 руб	550	22,51	21,73	99,81	693,43	5,11	
Пятница	Биточек куриный	100	15,00	10,62	9,25	188,52	0,85
	Овощное рагу	200	4,20	10,60	17,00	150,00	13,48
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	22,60	118,00	0,00
	Компот из плодов или ягод сушеных	200	0,30	0,00	20,10	81,00	0,80
ИТОГО: 102,67 руб	550	23,30	21,62	68,95	537,52	15,13	

Шеф – повар:

Т.С.Рорбах

