

Согласовано
Директор МАОУ "СУВУН" №14

"Подросток"
ДОКУМЕНТОВ

В.М.Максимова

Утверждаю

Директор школьного питания

ИП Асманкин О.В.

А.Ф.Швецова

МЕНЮ одноразового питания

для обучающихся старше 11 лет

| Наименование блюд | Выход | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, Ккал | Витамин С |
|-----------------------------------|------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|--------------|
| | | Б | Ж | У | | |
| Понедельник | | | | | | |
| Фрикадельки из говядины в соусе | 100 | 11,00 | 11,70 | 7,80 | 180,00 | 0,10 |
| 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 |
| Коржик молочный | 60 | 4,10 | 7,30 | 39,30 | 239,00 | 0,00 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,12 | 0,00 | 15,00 | 60,00 | 0,00 |
| Фрукты свежие | 150 | 0,75 | 0,60 | 14,70 | 75,00 | 15,00 |
| ИТОГО: 173,07 руб | 760 | 31,17 | 30,46 | 148,83 | 1 009,40 | 15,10 |
| Вторник | | | | | | |
| Кнели куриные с рисом | 110 | 17,27 | 17,56 | 7,33 | 255,71 | 1,00 |
| Овощи натуральные | 50 | 0,40 | 0,50 | 1,25 | 14,00 | 5,00 |
| Пюре картофельное | 200 | 4,20 | 8,08 | 31,06 | 213,96 | 6,80 |
| 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 |
| Сок фруктовый | 200 | 1,00 | 0,20 | 0,20 | 92,00 | 4,00 |
| Фрукты свежие | 150 | 0,75 | 0,60 | 14,70 | 75,00 | 15,00 |
| ИТОГО: 173,07 руб | 960 | 27,72 | 27,54 | 102,24 | 871,67 | 35,10 |
| 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 |
| Полоска песочная с повидлом | 50 | 2,70 | 7,90 | 28,60 | 196,00 | 0,00 |
| Йогурт питьевой | 290 | 14,50 | 9,28 | 24,65 | 252,30 | 1,74 |
| Компот из с/ф | 200 | 0,50 | 0,00 | 27,00 | 110,00 | 0,50 |
| ИТОГО: 173,07 руб | 890 | 38,05 | 33,78 | 152,96 | 1 090,50 | 3,06 |
| Четверг | | | | | | |
| Шницель из говядины с соусом | 120 | 17,80 | 17,50 | 14,30 | 286,00 | 0,00 |
| Овощи натуральные | 50 | 0,40 | 0,50 | 1,25 | 14,00 | 5,00 |
| 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 |
| Сок фруктовый | 200 | 1,00 | 0,20 | 0,20 | 92,00 | 4,00 |
| Компот из свежих плодов или ягод | 200 | 0,50 | 0,20 | 23,10 | 96,00 | 4,30 |
| ИТОГО: 173,07 руб | 800 | 27,92 | 26,08 | 102,02 | 851,52 | 13,30 |
| Пятница | | | | | | |
| Биточек куриный | 100 | 15,00 | 10,62 | 9,25 | 188,52 | 0,85 |
| Овощи натуральные | 50 | 0,40 | 0,50 | 1,25 | 14,00 | 5,00 |
| Овощное рагу | 200 | 4,20 | 10,60 | 17,00 | 180,00 | 15,29 |
| 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 |
| Фрукты свежие | 150 | 0,75 | 0,60 | 14,70 | 75,00 | 15,00 |
| ИТОГО: 173,07 руб | 750 | 24,45 | 22,72 | 84,90 | 656,52 | 36,94 |

Шеф – повар:

Т.С.Рорбах

РрБ

29.01.24

30.01.24

31.01.24

01.02.24

02.02.24