

Согласовано
Директор МБОУ "Средняя общеобразовательная школа №14" *Евгений Александрович*

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

на "14" *сентября* 2023 год
по *составлению* школе

2/2 ЗАВТРАК 1-4 классы (7-11 лет) ЗАВТРАК 5-11 классы (12 лет и старше)

№ т/к	Наименование блюд	Выход одной порции, гр	Б	Ж	У	Энерг. ценность (ккал)	Выход одной порции, г	Б	Ж	У	Энерг. ценность (ккал)
70/71	Овощи натуральные по сезону	60	0,67	0,06	2,1	12,0	-	-	-	-	-
290	Птица тушеная в соусе	100	11,65	11,66	3,51	166,0	-	-	-	-	-
173	Каша вязкая из пшеничной крупы	150	5,65	8,7	24,55	183,3	-	-	-	-	-
389	Сок фруктовый	180	0,9	-	18,18	76,32	-	-	-	-	-
к/к	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	-	-	-	-	-
401	Оладьи с повидлом	-	-	-	-	-	165	11,6	11,48	71,29	435
382	Какао с молоком	-	-	-	-	-	200	4,08	3,544	17,58	118,6
338	Плоды свежие	100	0,4	0,4	9,8	47,0	100	0,4	0,4	9,8	47,0
	ИТОГО:	620	21,64	21,12	72,63	554,7	465	16,08	15,42	98,7	600,6
ЦЕНА ЗА ЗАВТРАК : 71 рублей 46 копеек											
ЦЕНА ЗА ЗАВТРАК : 46 рублей 00 копеек											

ОБЕД 1-4 классы (7-11 лет)											
№ т/к	Наименование блюд	Выход одной порции, гр	Б	Ж	У	Энерг. ценность (ккал)	Выход одной порции, г	Б	Ж	У	Энерг. ценность (ккал)
70/71	Овощи натуральные по сезону	60	0,67	0,06	2,1	12,0	60	0,67	0,06	2,1	12,0
98	Суп "Крестьянский" с крупой	200	1,19	3,93	4,87	61,0	250	1,48	4,92	6,09	76,25
291	Плов из птицы	150	12,71	7,85	26,8	229,0	180	20,3	12,54	42,88	366,1
376	Чай с сахаром	180/10	0,06	0,02	9,99	40,0	180/10	0,06	0,02	9,99	40,0
к/к	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	30	2,37	0,3	14,49	70,14
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	45,98	20	1,12	0,22	9,88	45,98
	ИТОГО:	650	18,12	12,38	68,13	458,12	730	26,0	18,06	85,43	610,47
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1270	39,76	33,50	140,76	1017,8	1195	42,08	33,48	184,13	1211,07
ЦЕНА ЗА ОБЕД : 77 рублей 50 копеек											
ЦЕНА ЗА ОБЕД : 77 рублей 50 копеек											

Мед.работник *А.В.В.* ПОВАР *А.В.В.*