



Утверждаю:
Индивидуальный предприниматель
И.И. Бартош Н.И.



Утверждаю:
Директор МОУ СОШ № 10

10

Меню для питания учащихся 1-4 классов (завтраки), 7-12 лет
на 29 января - 02 февраля 2024 года.

| Дата | Наименование блюд | № рецептуры | Выход (г.) | Цена (р.) | Белки/Жиры/Углеводы | К/калории |
|-------|--|-------------|-------------|---------------|-----------------------------|-------------|
| 29/01 | Каша молочная рисовая (ультрапастеризованное 3,2%) с маслом сливочным "Крестьянское" (72,5%) | 260 | 210/10 | 41,00 | 5,6 / 13,6 / 49,0 | 224 |
| | Булка "Плюшка" с сахаром, с маком | 564 | 60 | 31,00 | 4,5 / 7,8 / 36,2 | 233 |
| | Какао "Золотой ярлык" с молоком ультрапастеризованным (3,2%) | 496 | 200 | 28,00 | 3,4 / 2,7 / 17,0 | 79 |
| | Суммарный объем блюд | | 480 | 100,00 | 13,5 / 24,1 / 102,2 | 536 |
| 30/01 | Голубцы "Ленивые" с соусом красным основным | 372 | 108/25 | 56,00 | 8,5 / 8,3 / 4,0 | 125 |
| | Пюре картофельное | 429 | 150 | 24,00 | 2,1 / 4,5 / 11,6 | 169 |
| | Компот из яблок свежих | 508 | 200 | 18,00 | 0,5 / 0,0 / 27,0 | 110 |
| | Хлеб пшеничный | 110 | 30 | 2,00 | 3,4 / 1,0 / 17,0 | 60 |
| | Суммарный объем блюд | | 513 | 100,00 | 14,5 / 13,8 / 59,6 | 464 |
| 31/01 | Яйцо вареное | 300 | 1/40 | 16,00 | 5,1 / 4,6 / 0,3 | 63 |
| | Макароны отварные, с сыром тертым "Российский" (45%), с маслом сливочным "Крестьянское" (72,5%) | 295 | 150/10/10 | 41,00 | 12,1 / 10,1 / 34,0 | 275 |
| | Бутерброд с полукопченной колбасой "Сыктывдинская" | 83 | 30/40 | 25,00 | 7,9 / 4,5 / 9,8 | 111 |
| | Чай с сахаром, с молоком ультрапастеризованным (3,2%) | 495 | 200 | 18,00 | 1,5 / 1,3 / 15,9 | 81 |
| | Суммарный объем блюд | | 480 | 100,00 | 26,6 / 20,5 / 60,0 | 530 |
| 01/02 | Шницель "Столичный" | 381 | 70 | 59,00 | 17,8 / 17,5 / 14,3 | 180 |
| | Каша рисовая рассыпчатая | 414 | 150 | 24,00 | 3,1 / 6,8 / 21,9 | 163 |
| | Сок натуральный яблочный | 518 | 200 | 15,00 | 0,5 / 0,1 / 0,1 | 46 |
| | Хлеб пшеничный | 110 | 30 | 2,00 | 3,4 / 1,0 / 17,0 | 60 |
| | Суммарный объем блюд | | 450 | 100,00 | 24,8 / 25,4 / 53,3 | 449 |
| 02/02 | Каша "Дружба" молочная (греча, пшено) ультрапастеризованное 3,2%) с маслом сливочным "Крестьянское" (72,5%) | 260 | 210/10 | 41,00 | 5,6 / 13,6 / 49,0 | 224 |
| | Булка "Выборгская" с повидлом яблочным | 564 | 70 | 31,00 | 4,5 / 7,8 / 36,2 | 233 |
| | Какао "Золотой ярлык" с молоком ультрапастеризованным (3,2%) | 496 | 200 | 28,00 | 3,4 / 2,7 / 17,0 | 79 |
| | Суммарный объем блюд | | 490 | 100,00 | 13,5 / 24,1 / 102,2 | 536 |
| | Всего: | | 2413 | 500,00 | 92,9 / 107,9 / 377,3 | 2515 |

Директор:

Калькулятор:

Зав. производством:

Медработник: