

Утверждаю:
ИП Семаковская В.Я



Согласовано:
Директор МАОУ
Прииртышская СОШ
М.М. Быкова _____

**ПРИЯТНОГО АППЕТИТА
МЕНЮ**

на 06 ноября 2024 г.

| № рецептуры | Наименование блюд | Выход массы порции | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность ккал. | Цена блюда |
|----------------------------|--|--------------------|-------|------|----------|-------------------------------|---------------|
| Экспресс - завтрак | | | | | | | |
| табл.25 | Сдоба Выборгская с повидлом | 100 | 7 | 9 | 55 | 339 | 31,90 |
| 686 | Чай Цитрусовый заряд | 230 | 0,2 | 0 | 15,5 | 62,8 | 8,20 |
| Итого за прием пищи | | | | | | 401,80 | 40,10 |
| Горячий завтрак | | | | | | | |
| 1 | Бутерброд с сыром | 35 | 5,3 | 3,7 | 7,2 | 83,30 | 19,95 |
| 388 | Котлета рыбная запеченная | 90 | 9,3 | 8,3 | 11,6 | 158,3 | 51,34 |
| 520 | Пюре картофельное | 150 | 3,3 | 4,4 | 23,5 | 147 | 20,10 |
| 686 | Чай Цитрусовый заряд | 230 | 0,2 | 0 | 15,5 | 62,8 | 14,10 |
| таб 25 | Хлеб ржаной | 20 | 0,7 | 0,1 | 9,4 | 41,3 | 2,21 |
| Итого за прием пищи | | | | | | 492,70 | 107,70 |
| Обед | | | | | | | |
| 70 | Овощи свежие (огурцы) | 60 | 0,5 | 0,1 | 1,3 | 7,9 | 10,50 |
| 110 | Борщ с капустой и картофелем со сметаной | 255 | 2,3 | 4,9 | 16,7 | 120,1 | 29,45 |
| 494 | Бедро или грудка куриные запеченные | 90 | 14,6 | 13,6 | 0,6 | 183,2 | 44,90 |
| 224 | Рагу из овощей | 150 | 4,5 | 8,9 | 19,2 | 174,8 | 23,60 |
| 439 | Напиток кисломолочный | 200 | 5,2 | 5 | 7,2 | 95 | 23,32 |
| таб 25 | Хлеб пшеничный витаминизированный | 40 | 2,4 | 0,7 | 16,2 | 83,20 | 4,42 |
| таб 25 | Хлебжаной | 20 | 0,7 | 0,1 | 9,4 | 41,30 | 2,21 |
| Итого за прием пищи | | | | | | 705,50 | 138,40 |

Мед работник
Соц. педагог
Зав столовой
