

СОГЛАСОВАНО



УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО «Агрофирма «Атлашевская»



Мефодье

Меню на 12 октября 2023г

"Туруновская ООШ"

Отд./корп

День

с 07 лет - до 12 лет

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | калорийнос | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|-----------|---|----------|-------|------------|--------|-------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | 302 | Каша молочная рисовая с маслом | 180\5 | 17,53 | 230 | 5,29 | 7,57 | 34,62 |
| | гор.напиток | 686 | Чай с лимоном | 200 | 4,43 | 109 | 0,16 | 0,16 | 27,87 |
| | хлеб | | Хлеб пшеничный | 30 | 2,00 | 95 | 3,04 | 0,32 | 19,44 |
| | закуска | | Масло сливочное | 10 | 6,04 | 90 | 5,8 | 6,0 | 0 |
| | | | | | | 30,00 | 523,75 | 14,24 | 14,02 |
| Обед | закуска | 52 (2011) | Салат из свёкла отварной с маслом | 60 | 5,16 | 53,91 | 0,81 | 3,65 | 4,72 |
| | 1 блюдо | 124 | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | 200\5 | 19,27 | 79,76 | 1,52 | 4,94 | 6,49 |
| | 2 блюдо | 388 | Котлеты рыбные с соусом | 50\50 | 24,46 | 84 | 4,05 | 4,20 | 8,05 |
| | гарнир | 520 | Картофельное пюре с маслом сливочным | 150\5 | 10,26 | 165,27 | 7,03 | 6,50 | 19,71 |
| | сладкое | 639 | Компот из сухофруктов | 200 | 4,85 | 57,60 | 0,20 | 0,00 | 13,60 |
| | хлеб черн. | | Хлеб ржаной | 40 | 4,00 | 98,00 | 3,12 | 0,36 | 12,48 |
| | | | | | | 68,00 | 538,59 | 16,73 | 19,65 |
| | | | | | 98,00 | 1062,34 | 30,97 | 33,67 | 146,98 |

СОГЛАСОВАНО

директор *В. А. Воронин*

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО «Агрофирма «Атлашевская»



Мефодьева I

Меню на 12 октября 2023г

"Туруновская ООШ"

Отд./корп

День

9

с 12 лет и старше

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | калорийность | Белки | Жиры | Углеводы | |
|------------|-------------|-----------|---|----------|-------|--------------|---------|-------|----------|--------|
| Завтрак | гор.блюдо | 302 | Каша молочная рисовая с маслом | 200\7 | 22,53 | 230 | 5,29 | 7,57 | 34,62 | |
| | гор.напиток | 686 | Чай с лимоном | 200 | 4,43 | 109 | 0,16 | 0,16 | 27,87 | |
| | хлеб | | Хлеб пшеничный | 30 | 2,00 | 95 | 3,04 | 0,32 | 19,44 | |
| | закуска | | Масло сливочное | 10 | 6,04 | 90 | 5,8 | 6,0 | 0 | |
| | | | | | | 35,00 | 523,75 | 14,24 | 14,02 | 81,93 |
| Обед | закуска | 52 (2011) | Салат из свёкла отварной с маслом Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | 60 | 5,16 | 53,91 | 0,81 | 3,65 | 4,72 | |
| | 1 блюдо | 124 | Котлеты рыбные с соусом | 250\5 | 26,67 | 79,76 | 1,52 | 4,94 | 6,49 | |
| | 2 блюдо | 388 | Картофельное пюре с маслом сливочным | 50\50 | 24,46 | 84 | 4,05 | 4,20 | 8,05 | |
| | гарнир | 520 | Компот из сухофруктов | 200\5 | 12,86 | 165,27 | 7,03 | 6,50 | 19,71 | |
| | сладкое | 639 | Хлеб ржаной | 200 | 4,85 | 57,60 | 0,20 | 0,00 | 13,60 | |
| | хлеб черн. | | | 40 | 4,00 | 98,00 | 3,12 | 0,36 | 12,48 | |
| | | | | | | 78,00 | 538,59 | 16,73 | 19,65 | 65,05 |
| | | | | | | 113,00 | 1062,34 | 30,97 | 33,67 | 146,98 |