

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ



УТВЕРЖДАЮ:

ИП Матюхина Н.А.

Матюхина Н.А.



# МЕНЮ

" 5 " июня 2023г

День 6 (понедельник)

Завтрак

		ВЫХОД	белки,г	жиры,г	углеводы,г	калорийность,кк ал
1	Каша пшенная	200	5,7	5,1	27,5	178,8
2	Ватрушка с творогом	50	6,2	3,7	21,5	144,1
3	Сыр	10	2,3	3,0	0,0	35,8
4	Кофейный напиток из цикория с молоком	200	3,9	3,8	13,7	104,9
5	Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,2	20,6	104,7
	<b>Итого:</b>	<b>500</b>	<b>21,10</b>	<b>16,80</b>	<b>83,30</b>	<b>568,30</b>

Обед

1	Салат из свеклы с солеными огурцами	60	0,8	2,5	6,0	49,3
2	Суп куриный	200	6,1	5,6	10,9	118,1
3	Тефтели рыбные	100	14,1	2,9	17,2	151,5
4	Изделия макаронные отварные	150	5,8	4,4	37,0	211,0
5	Напиток витаминный	200	0,5	0,2	17,1	71,7
6	Хлеб из муки пшеничной	60	4,5	1,7	30,8	157,0
7	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,4	0,7	29,6	137,9
	<b>Итого:</b>	<b>830</b>	<b>35,20</b>	<b>18,00</b>	<b>148,60</b>	<b>896,50</b>

Повар: *Т.И.*

Начальник ДОЛ: *М.Г.*

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ



УТВЕРЖДАЮ:

ИП Матюхина Н.А.

Матюхина Н.А.



# МЕНЮ

" 6 " июня 2023г

День 7 (вторник)

Завтрак

		выход	белки,г	жиры,г	углеводы,г	калорийность,к кал
1	Каша овсяная	200	4,2	9,6	20,8	186,5
2	Кофейный напиток злаковый на молоке	200	4,4	4,0	16,4	119,6
3	Творог для детского питания	50	9,0	4,5	1,5	84,5
4	Зефир Ванильный	20	0,2	0,0	16,0	65,2
5	Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,2	20,6	104,7
	<b>Итого:</b>	<b>510</b>	<b>20,80</b>	<b>19,30</b>	<b>75,30</b>	<b>560,50</b>

Обед

1	Салат из моркови с растительным маслом	60	0,7	2,5	3,9	40,6
2	Рассольник ленинградский	200	2,2	3,2	15,2	98,6
3	Тефтели с рисом	100	12,2	9,8	11,7	183,4
4	Капуста тушеная	150	3,2	6,2	10,5	110,7
5	Напиток из плодов сухих (изюм)	200	0,4	0,1	18,5	76,3
6	Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,2	20,6	104,7
7	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,2	0,4	19,8	92,0
	<b>Итого:</b>	<b>790</b>	<b>23,90</b>	<b>23,40</b>	<b>100,20</b>	<b>706,30</b>

Повар: *[Signature]*

Начальник ДОЛ: *[Signature]*

СОГЛАСОВАНО:  
Директор МБОУ

УТВЕРЖДАЮ:  
ИП Матюхина Н.А.  
Матюхина Н.А.

# МЕНЮ

" 7 " июль 2023г

День 8 (среда)

Завтрак

ВЫХОД белки,г жиры,г углеводы,г калорийность,ккал

1	Каша рисовая	200	6,1	6,9	43,4	260,5
2	Кофейный напиток из цикория с молоком	200	3,9	3,8	13,7	104,9
3	Сыр	30	7,0	8,9	0,0	107,5
4	Масло сливочное	10	0,1	8,3	0,1	74,9
5	Хлеб из муки пшеничной	60	4,5	1,7	30,8	157,0
	<b>Итого:</b>	<b>500</b>	<b>21,60</b>	<b>29,60</b>	<b>88,00</b>	<b>704,80</b>

Обед

1	Салат из сборных овощей	60	0,9	2,5	2,7	36,8
2	Борщ с капустой и картофелем	200	1,7	3,0	9,3	71,3
3	Голубцы ленивые	200	13,3	15,9	20,8	279,4
5	Компот из плодов свежих (лимон)	200	0,1	0,0	8,4	34,3
6	Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,2	20,6	104,7
7	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,4	0,7	29,6	137,9
	<b>Итого:</b>	<b>760</b>	<b>22,40</b>	<b>23,30</b>	<b>91,40</b>	<b>664,40</b>

Повар: *Рад*

Начальник ДОЛ: *М.М.М.*

СОГЛАСОВАНО:  
Директор МБОУ



УТВЕРЖДАЮ:  
ИП Матюхина Н.А.  
Матюхина Н.А.



# МЕНЮ

" 8 " июня 2023г

День 9 (четверг)

Завтрак

ВЫХОД    белки,г    жиры,г    углеводы,г    калорийность,кк  
ал

1	Омлет	200	20,9	22,5	3,9	301,4
2	Чай	200	0,0	0,0	6,0	24,0
3	Булочка с изюмом	50	4,4	3,8	26,5	157,7
4	Хлеб из муки пшеничной	60	4,5	1,7	30,8	157,0
	<b>Итого:</b>	<b>510</b>	<b>29,80</b>	<b>28,00</b>	<b>67,20</b>	<b>640,10</b>

Обед

1	Салат из капусты нового урожая и сладкого перца	60	0,9	2,5	2,4	35,3
2	Суп картофельный с горохом	190	4,1	3,3	14,9	105,7
3	Сухарики из хлеба пшеничного	10	1,1	0,4	7,4	37,4
4	Плов куриный	200	19,0	21,4	39,1	424,7
5	Сок фруктовый ДП (см. приложение №3)	200	2,0	0,2	20,2	90,6
6	Хлеб из муки пшеничной	20	1,5	0,6	10,3	52,3
7	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,2	0,4	19,8	92,0
	<b>Итого:</b>	<b>720</b>	<b>30,80</b>	<b>28,80</b>	<b>114,10</b>	<b>838,00</b>

Повар: *А.А.*

Начальник ДОЛ: *М.А.*

СОГЛАСОВАНО:  
Директор МБОУ



УТВЕРЖДАЮ:  
ИИГ Матюхина Н.А.



Матюхина Н.А.

# МЕНЮ

" 9 " *сентября*

2023г

День 10 (пятница)

Завтрак

		ВЫХОД	белки,г	жиры,г	углеводы,г	калорийность,ккал
1	Каша гречневая молочная	200	7,1	9,5	25,4	215,1
2	Сыр	10	2,3	3,0	0,0	35,8
3	Фрукты свежие (см. приложение №3)	100	0,4	0,4	9,8	44,4
4	Какао-напиток на молоке	200	4,0	3,8	9,1	86,5
5	Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,2	20,6	104,7
<b>Итого:</b>		<b>550</b>	<b>16,80</b>	<b>17,90</b>	<b>64,90</b>	<b>486,50</b>

Обед

1	Винегрет	60	1,0	2,5	5,5	48,3
2	Суп крестьянский с крупой	200	2,1	4,1	11,0	89,2
3	Печень тушеная (говяжья) с соусом сметанным	90	16,1	7,3	2,8	141,3
4	Рис отварной	150	3,7	4,2	41,0	216,9
5	Напиток фруктовый	200	0,0	0,0	12,0	48,0
6	Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,2	20,6	104,7
7	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,2	0,4	19,8	92,0
<b>Итого:</b>		<b>780</b>	<b>28,10</b>	<b>19,70</b>	<b>112,70</b>	<b>740,40</b>

Повар: *[Signature]*

Начальник ДОЛ: *[Signature]*