

Содержание:
 Директор
 МОБУ СОШ №27
 МО Кореновский район
 Возрастная категория: 7-11 лет

26.10.2023г. Меню

Директор



| Примечание | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность рецепту | Цена |
|----------------|-------------------------------------|-------------|------------------|--------------|---------------|---------------------------------|---------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | |
| | рыба тушеная с овощами | 140 | 6,52 | 5,40 | 4,54 | 137,54 | 224 |
| | рис отварной | 90 | 2,30 | 5,42 | 24,75 | 147,11 | 204 |
| | какао с молоком | 200 | 2,00 | 2,70 | 29,36 | 14,78 | 342 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 2,70 | 0,74 | 14,42 | 42,6 | 1,91 |
| | Хлеб ржаной 20 | 20 | 2,34 | 0,74 | 0,30 | 47 | 1,4 |
| | фрукты свежие | 100 | 0,40 | 0,42 | 0,70 | | 338 |
| | ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | 542 | 17,37 | 18,30 | 87,36 | 564,8 | 109,66 |
| ОБЕД | | | | | | | |
| | щи из свежей капусты с картофелем | 200 | 1,72 | 4,25 | 12,40 | 52,7 | 236 |
| | салат из свежих огурцов | 60 | 0,54 | 2,54 | 1,29 | 42,32 | 71 |
| | котлеты, биточки паровые | 100 | 13,29 | 10,85 | 9,70 | 212,48 | 125 |
| | каша рассыпчатая пшеничная с маслом | 150 | 7,54 | 5,12 | 42,72 | 234,32 | 174 |
| | сок фруктовый | 200 | 1,70 | 2,00 | 20,20 | 94,44 | 389 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1,50 | 0,20 | 6,56 | 42,7 | 1,26 |
| | фрукты свежие | 100 | 2,30 | 0,30 | 9,90 | 44 | 338 |
| | Хлеб ржаной 20 | 20 | 0,94 | 0,14 | 9,96 | 42,8 | 1,40 |
| | ИТОГО ЗА ОБЕД | 900 | 27,59 | 25,27 | 114,72 | 748,17 | 138,94 |
| | ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | 1740 | 56,85 | 52,30 | 222,15 | 1483,69 | |

Ст. повар

Содержание:
 Директор
 МОБУ СОШ №27
 МО Кореновский район
 Возрастная категория: 12-18 лет

26.10.2023г. Меню

Утверждаю
 Директор



| Примечание | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность рецепту | Цена |
|----------------|-------------------------------------|-------------|------------------|--------------|---------------|---------------------------------|---------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | |
| | рыба тушеная с овощами | 160 | 10,13 | 10,02 | 6,81 | 152,93 | 224 |
| | рис отварной | 100 | 2,58 | 3,99 | 26,70 | 147,11 | 204 |
| | какао с молоком | 200 | 2,00 | 2,70 | 29,36 | 117 | 342 |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 3,95 | 0,50 | 24,15 | 64,2 | 3,18 |
| | Хлеб ржаной 20 | 30 | 1,41 | 0,21 | 14,94 | 47 | 1,95 |
| | фрукты свежие | 100 | 0,40 | 0,42 | 0,70 | | 338 |
| | ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | 580 | 22,33 | 18,27 | 107,46 | 676,71 | 122,69 |
| ОБЕД | | | | | | | |
| | щи из свежей капусты с картофелем | 250 | 1,77 | 4,95 | 12,90 | 89,75 | 236 |
| | салат из свежих огурцов | 100 | 0,75 | 6,02 | 2,35 | 66,6 | 71 |
| | котлеты, биточки паровые | 100 | 13,29 | 10,85 | 9,70 | 212,48 | 125 |
| | каша рассыпчатая пшеничная с маслом | 180 | 9,11 | 6,23 | 50,42 | 281,27 | 174 |
| | сок фруктовый | 200 | 1,70 | 2,00 | 20,20 | 94,44 | 389 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3,16 | 0,40 | 19,32 | 65,44 | 2,97 |
| | фрукты свежие | 100 | 2,30 | 0,30 | 9,90 | 44 | 338 |
| | Хлеб ржаной 20 | 30 | 1,41 | 0,21 | 14,94 | 64,2 | 1,95 |
| | ИТОГО ЗА ОБЕД | 1000 | 31,29 | 28,96 | 138,83 | 922,4 | 154,01 |
| | ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | 1580 | 53,62 | 47,23 | 246,29 | 1599,11 | |

Ст. повар