

Утверждено:  
 Директор МКОУ Кузнецовской СОШ  
 И.Ю.Малахова



**МЕНЮ**  
**ШКОЛЬНОЙ СТОЛОВОЙ ДЛЯ ДЕТЕЙ КАТЕГОРИИ 1-4 КЛАССА**  
**МКОУ КУЗНЕЦОВСКОЙ СОШ НА ПЕРИОД С 11 по 16 сентября 2023 ГОДА**

**Понедельник 11.09.2023**

**Завтрак**

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимость
54-5з	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	0,58	3,09	1,85	37,6	26,79
54-11м	Плов из отварной говядины	200	15,3	14,7	38,6	348,2	58,31
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	6,4	26,8	1,14
Пром.360	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,3	58,6	1,55
Пром.369	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2	1,24
Итого за Завтрак		545	19,7	20,2	67,1	530,2	89,03
Итого за день		545,0	19,7	20,2	67,1	530,2	89,03

**Вторник 12.09.2023**

**Завтрак**

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимость
54-9з	Салат из белокочанной капусты с морковью и яблоками	60	0,83	6,08	3,63	72,4	4,97
54-26г	Рис с овощами	150	3,2	5,7	26,0	167,8	10,98
54-12р	Рыба, запеченная с сыром и луком	90	14,5	9,9	2,6	157,6	21,59
54-22хн	Кисель из вишни	200	0,2	0,0	12,9	52,9	10,14
Пром.369	Хлеб ржаной	34	2,2	0,4	11,4	58,1	2,11
Пром.360	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,3	58,6	1,55
Итого за Завтрак		599	23,4	26,3	71,2	615,9	51,34
Итого за день		599,0	23,4	26,3	71,2	615,9	51,34

**Среда 13.09.2023**

**Завтрак**

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимость
54-5г	Каша перловая рассыпчатая	150	4,4	5,3	30,5	187,1	9,56
54-2м	Гуляш из говядины	90	15,3	14,9	3,5	208,9	57,94
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	200	3,9	2,9	11,2	86,0	9,49
Пром.380	Апельсин	90	1,7	0,4	15,4	71,8	28,50
Пром.360	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9	1,24
Итого за Завтрак		650	26,8	23,7	70,4	600,7	106,73

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимость
Итого за день		650,0	26,8	23,7	70,4	600,7	106,73

#### Четверг 14.09.2023

##### Завтрак

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимость
54-2з	Огурец в нарезке	60	0,48	0,06	1,5	8,5	3,84
54-21г	Горошница	150	14,45	1,32	33,78	204,8	3,08
54-1м	Бефстроганов из отварной говядины	80	1,2	12,42	1,92	167,5	52,51
54-22гн	Какао с молоком сгущенным	200	3,48	3,37	22,28	133,4	13,66
Пром.360	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,3	58,6	1,55
Пром.369	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2	1,24
Итого за Завтрак		525,00	22,81	17,57	78,48	607,00	75,88
Итого за день		525,00	22,81	17,57	78,48	607,00	75,88

#### Пятница 15.09.2023

##### Завтрак

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимость
54-6з	Салат из белокочанной капусты с помидорами и огурцами	60	1,36	6,6	2,15	73,4	5,08
54-26м	Запеканка картофельная с говядиной	180	21,2	20,9	23,8	367,7	94,17
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	6,6	27,9	2,40
Пром.360	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9	1,24
Пром.369	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2	1,24
Итого за Завтрак		520	26,5	32,4	50,5	599,2	104,13
Итого за день		520,0	26,5	32,4	50,5	599,2	104,13

#### Суббота 16.09.2023

##### Завтрак

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимость
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	60	13,9	17,7	0,0	215,0	33,00
54-25.1к	Каша жидкая молочная рисовая	200	5,3	5,4	28,7	184,5	13,42
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,0	19,8	81,0	5,59
Пром.360	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2	3,10
Пром.385	Мандарин	100	0,8	0,2	7,5	35,0	15,70
Итого за Завтрак		610	24,3	23,7	80,6	632,7	70,81

Заведующая \_\_\_\_\_ Гелсер О.А.