

Утверждено:

Директор МКОУ Кузнецовской СОШ

И.Ю.Малахова



**МЕНЮ**  
**ШКОЛЬНОЙ СТОЛОВОЙ ДЛЯ ДЕТЕЙ КАТЕГОРИИ 1-4 КЛАССА**  
**МКОУ КУЗНЕЦОВСКОЙ СОШ НА ПЕРИОД С 9 по 14 октября 2023 ГОДА**

**Понедельник 9.10.2023**

№ 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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>545</b>	<b>19,7</b>	<b>20,2</b>	<b>67,1</b>	<b>530,2</b>	<b>89,03</b>
<b>Итого за день</b>		<b>545,0</b>	<b>19,7</b>	<b>20,2</b>	<b>67,1</b>	<b>530,2</b>	<b>89,03</b>

**Вторник 10.10.2023**

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимость
54-11г	Картофельное пюре	200	4,1	7,1	26,4	185,8	11,89
П/Ф.	Голубцы ленивые «Натуральные»	90	8,1	6,1	7,6	117,5	22,52
54-21гн	Какао с молоком	200	4,7	3,5	12,5	100,4	13,94
Пром.	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,3	58,6	1,55
Пром.	Хлеб ржаной	34	2,2	0,4	11,4	58,1	2,11
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>549</b>	<b>21</b>	<b>17,3</b>	<b>70,2</b>	<b>520,4</b>	<b>52,01</b>
<b>Итого за день</b>		<b>549</b>	<b>21</b>	<b>17,3</b>	<b>70,2</b>	<b>520,4</b>	<b>52,01</b>

**Среда 11.10.2023**

№ 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	190	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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>650</b>	<b>26,8</b>	<b>23,7</b>	<b>70,4</b>	<b>600,7</b>	<b>106,73</b>
<b>Итого за день</b>		<b>650,0</b>	<b>26,8</b>	<b>23,7</b>	<b>70,4</b>	<b>600,7</b>	<b>106,73</b>

**Четверг 12.10.2023**

**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	14,5	1,3	33,8	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	3,5	3,4	22,3	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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>585</b>	<b>35,5</b>	<b>19,2</b>	<b>79,7</b>	<b>633,4</b>	<b>78,44</b>
<b>Итого за день</b>		<b>585</b>	<b>35,5</b>	<b>19,2</b>	<b>79,7</b>	<b>633,4</b>	<b>78,44</b>

**Пятница 13.10.2023**

**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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>520</b>	<b>26,5</b>	<b>32,4</b>	<b>50,5</b>	<b>599,2</b>	<b>104,13</b>
<b>Итого за день</b>		<b>520,0</b>	<b>26,5</b>	<b>32,4</b>	<b>50,5</b>	<b>599,2</b>	<b>104,13</b>

**Суббота 14.10.2023**

**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	19,3	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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>610</b>	<b>24,3</b>	<b>23,7</b>	<b>80,6</b>	<b>632,7</b>	<b>70,81</b>
<b>Итого за день</b>		<b>610</b>	<b>24,3</b>	<b>23,7</b>	<b>80,6</b>	<b>632,7</b>	<b>70,81</b>

Заведующая \_\_\_\_\_



О.А.Гелсер