

Утверждено:  
 Директор МКОУ Кузнецовской СОШ  
Маша И.Ю.Малахова



**МЕНЮ  
 ШКОЛЬНОЙ СТОЛОВОЙ  
 ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ (ГОРЯЧИЕ ЗАВТРАКИ) ИЗ КАТЕГОРИИ  
 ДЕТЕЙ ИЗ МНОГОДЕТНЫХ И МАЛОИМУЩИХ СЕМЕЙ, ДЕТЕЙ, ПИТАЮЩИХСЯ ЗА  
 РОДИТЕЛЬСКУЮ ПЛАТУ  
 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	100	1,0	5,1	3,1	62,4	26,79
54-11м	Плов из отварной говядины	250	19,1	18,4	48,2	435,3	58,31
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	6,4	26,8	1,14
Пром.360	Хлеб пшеничный	40	3,0	0,3	19,7	93,8	2,48
Пром.369	Хлеб ржаной	30	2,0	0,4	10,0	51,2	1,86
Итого за Завтрак		620	25,3	24,2	87,4	669,5	90,58
Итого за день		620,0	25,3	24,2	87,4	669,5	90,58

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	100	1,4	10,1	6,0	120,9	4,97
54-26г	Рис с овощами	200	4,3	7,6	34,7	223,7	10,98
54-12р	Рыба, запеченная с сыром и луком	90	14,5	9,9	2,6	157,6	21,49
54-22хн	Кисель из вишни	200	0,2	0,0	12,9	52,9	8,38
Пром.360	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9	1,24
Пром.369	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85,4	3,10
Итого за Завтрак		660	25,2	28,4	82,7	687,4	50,16
Итого за день		660,0	25,2	28,4	82,7	687,4	50,16

Среда 13.09.2023

Завтрак

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимость
54-5г	Каша перловая рассыпчатая	155	4,6	5,4	31,5	193,3	9,56
54-2м	Гуляш из говядины	80	13,6	13,2	3,1	185,7	57,94
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	200	3,9	2,9	11,2	86,0	9,40
Пром.360	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2	3,10
Пром.380	Апельсин	230	2,1	0,5	18,6	86,9	34,50

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимость
Итого за Завтрак		715	28,0	22,4	89,0	669,1	114,50
Итого за день		715,0	28,0	22,4	89,0	669,1	114,50

Четверг 14.09.2023

Завтрак

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимость
54-2з	Огурец в нарезке	100	0,8	0,1	2,5	14,1	6,40
54-21г	Горошница	200	19,3	1,8	45,0	273,1	3,08
54-1м	Бефстроганов из отварной говядины	100	15,0	15,5	2,4	209,3	53,60
54-22гн	Какао с молоком сгущенным	200	3,5	3,4	22,3	133,4	13,66
Пром.360	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	1,86
Пром.369	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2	1,24
Итого за Завтрак		650	42,2	21,2	93,7	734,4	79,84
Итого за день		650,0	42,2	21,2	93,7	734,4	79,84

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	100	2,3	11,0	3,6	122,5	13,04
54-26м	Запеканка картофельная с говядиной	200	23,6	23,2	26,5	408,6	102,14
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	6,6	27,9	2,40
Пром.369	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85,4	3,10
Пром.360	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9	1,24
Итого за Завтрак		570	30,9	35,1	63,2	691,3	121,92
Итого за день		570,0	30,9	35,1	63,2	691,3	121,92

Суббота 16.09.2023

Завтрак

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимость
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	30	7,0	8,9	0,0	107,5	16,50
54-25.1к	Каша жидкая молочная рисовая	250	6,6	6,8	35,8	230,7	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		630	18,7	16,3	87,7	571,4	54,31
Итого за день		630,0	18,7	16,3	87,7	571,4	54,31

Заведующая \_\_\_\_\_ Гелсер О.А.