



Утверждено:

Директор МКОУ Кузнецовской СОШ

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 20 по 25 ноября 2023 ГОДА  
Понедельник 20.11.2023**

**Завтрак**

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимость
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	250	13,7	10,6	59,9	389,5	8,99
П/Ф	Тефтели "Натуральные"	90	11,1	9,0	6,5	151,1	21,71
54-3соус	Соус красный основной	40	1,3	1,0	3,6	28,2	12,43
54-2хн	Компот из кураги	200	1,0	0,1	15,6	66,9	11,89
Пром.369	Хлеб ржаной	20	1,5	0,2	9,8	46,9	1,24
Пром.360	Хлеб пшеничный	30	2,0	0,4	10,0	51,2	1,86
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>630</b>	<b>30,6</b>	<b>21,3</b>	<b>105,4</b>	<b>733,8</b>	<b>58,12</b>
<b>Итого за день</b>		<b>630,0</b>	<b>30,6</b>	<b>21,3</b>	<b>105,4</b>	<b>733,8</b>	<b>58,12</b>

**Вторник 21.11.2023**

**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	21,59
54-22хн	Кисель из вишни	200	0,2	0,0	12,9	52,9	10,14
Пром.	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85,4	3,10
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9	1,24
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>660</b>	<b>25,2</b>	<b>28,4</b>	<b>82,7</b>	<b>687,4</b>	<b>52,02</b>
<b>Итого за день</b>		<b>660,0</b>	<b>25,2</b>	<b>28,4</b>	<b>82,7</b>	<b>687,4</b>	<b>52,02</b>

**Среда 22.11.2023**

**Завтрак**

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимость
54-9м	Жаркое по-домашнему	200	20,1	18,8	17,2	317,9	83,12
54-4гн	Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,1	8,6	50,9	4,15
Пром.369	Хлеб ржаной	180	2,7	0,9	37,8	170,1	19,8
Пром.381	Банан	50	3,3	0,6	16,7	85,4	3,1

Пром.360	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9	1,24
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>650</b>	<b>29,2</b>	<b>21,6</b>	<b>90,1</b>	<b>671,2</b>	<b>111,41</b>
<b>Итого за день</b>		<b>650,0</b>	<b>29,2</b>	<b>21,6</b>	<b>90,1</b>	<b>671,2</b>	<b>111,41</b>

Четверг 23.11.2023

Завтрак

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимость
54-1г	Макароны отварные	150	5,32	4,92	32,8	196,8	7,53
п/ф	Котлеты Домашние	75	9,71	7,67	5,85	131,2	23,62
54-1соус	Соус сметанный	25	0,4	2,1	0,8	23,3	12,00
54-11хн	Компот из брусники	200	0,13	0,09	7,85	32,7	9,09
Пром.360	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2	3,1
Пром.357	Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	66,6	21,00
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>650</b>	<b>19,96</b>	<b>15,78</b>	<b>86,6</b>	<b>567,8</b>	<b>76,34</b>
<b>Итого за день</b>		<b>650</b>	<b>19,96</b>	<b>15,78</b>	<b>86,6</b>	<b>567,8</b>	<b>76,34</b>

Пятница 24.11.2023

Завтрак

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимость
54-11г	Картофельное пюре	250	5,1	8,8	33,0	232,3	11,89
54-27м	Капуста тушеная с мясом птицы	200	16,8	8,2	10,4	183,0	31,95
54-5хн	Компот из яблок и вишни	200	0,2	0,1	10,1	42,5	9,39
Пром.369	Хлеб ржаной	50	3,8	0,4	24,6	117,2	3,1
Пром.360	Хлеб пшеничный	50	3,3	0,6	16,7	85,4	3,1
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>750</b>	<b>29,2</b>	<b>18,1</b>	<b>94,8</b>	<b>660,4</b>	<b>59,43</b>
<b>Итого за день</b>		<b>750,0</b>	<b>29,2</b>	<b>18,1</b>	<b>94,8</b>	<b>660,4</b>	<b>59,43</b>

Суббота 25.11.2023

Завтрак

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимость
54-2з	Сыр твердых сортов в нарезке	30	7,0	8,9	0,0	107,5	16,50
54-27к	Каша жидкая молочная манная	200	5,3	5,7	25,3	174,2	11,47
Пром.398	Сок абрикосовый	200	1	0	25,4	105,6	15,00
Пром.385	Мандарин	100	0,8	0,2	7,5	35	15,70
Пром.14406	хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6	3,72
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>590</b>	<b>18,7</b>	<b>15,3</b>	<b>87,7</b>	<b>562,9</b>	<b>62,39</b>
<b>Итого за день</b>		<b>590,0</b>	<b>18,7</b>	<b>15,3</b>	<b>87,7</b>	<b>562,9</b>	<b>62,39</b>

Заведующая



О.А.Гелсер