

Пт1

ООО «Комбинат
социального питания»

«Согласовано»
Директор МБОУ СОШ № 12

Подпись Мочалов С.В.

Меню на « 22 » ноябрь 2024г

Возрастная категория 7-11 лет

Завтрак

здесь

| Наименование блюда | Вес блюда, г | белки | жиры | углеводы | Энерг. ценн. | № рецептуры |
|--|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|-------------|
| Каша молочная жидкая из гречневой крупы с маслом сливочным | 210 | 7,21 | 11,58 | 7,86 | 203,00 | 183 |
| Батон пшеничный в/с | 60 | 4,74 | 0,60 | 28,98 | 140,28 | к/к |
| Какао на молоке | 200 | 3,52 | 3,72 | 25,49 | 145,20 | 382 |
| Джем/Повидло | 30 | 0,15 | 0,00 | 17,48 | 86,52 | к/к |
| Итого за завтрак | 500 | 15,62 | 15,90 | 79,81 | 575 | |

Обед

| Наименование блюда | Вес блюда | белки | жиры | углеводы | Энерг. ценн. | № рецептуры |
|---------------------------------------|-----------|-------|-------|----------|--------------|-------------|
| Рассольник Ленинградский со сметаной | 210 | 2,48 | 5,00 | 24,08 | 211,54 | 96 |
| Кура отварная | 10 | 2,11 | 1,36 | 0,00 | 20,67 | 288 |
| Щи из свежей капусты | 220 | 9,40 | 4,20 | 23,70 | 200,80 | 88 |
| Котлета рыбная (минтай) с соусом №326 | 90 | 11,99 | 12,05 | 8,67 | 188,90 | 239/326 |
| Пюре картофельное | 150 | 3,06 | 4,80 | 20,45 | 137,25 | 312 |
| Салат из квашеной капусты | 60 | 1,03 | 3,01 | 5,10 | 51,62 | 47 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,20 | 0,00 | 14,00 | 28,00 | 376 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,58 | 0,20 | 9,66 | 46,76 | к/к |
| Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 2,24 | 0,44 | 19,76 | 91,96 | к/к |
| Итого за обед | | | | | | |

Повар-бригадир:

С.В. Мочалов
07.11.2024 г.

«Согласовано»

Директор МБОУ СОШ №

ООО «Комбинат
социального питания»

Подпись

Меню на « 22 » 109609 2024г

Возрастная категория с 12 лет и старше

Здешь

Завтрак

| | Наименование блюда | Вес блюда, гр | белки | жиры | углеводы | Энерг. ценн. | № рецептуры | |
|--|--|---------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------|--|
| | Каша молочная жидкая из гречневой крупы с маслом сливочным | 260 | 9,83 | 14,48 | 9,83 | 206,44 | 183 | |
| | Батон пшеничный в/с | 60 | 4,74 | 0,60 | 28,98 | 140,28 | к/к | |
| | Какао на молоке | 200 | 3,52 | 3,72 | 25,49 | 145,20 | 382 | |
| | Джем/Повидло | 30 | 0,15 | 0,00 | 17,48 | 86,52 | к/к | |
| | Итого за завтрак | 550 | 18,24 | 18,80 | 85,78 | 578,44 | | |

Обед

| | Наименование блюда | Вес блюда | белки | жиры | углеводы | Энерг. ценн. | № рецептуры | |
|--|---|------------|--------------|--------------|---------------|---------------|-------------|--|
| | Рассольник Ленинградский со сметаной | 260 | 3,10 | 8,28 | 30,10 | 199,79 | 96 | |
| | Кура отварная | 10 | 2,11 | 1,36 | 0,00 | 20,67 | 288 | |
| | Щи из квашеной капусты с картофелем и курой | 260 | 9,40 | 4,20 | 23,70 | 200,80 | 88 | |
| | Котлета рыбная (минтай) с соусом №326 | 100 | 13,32 | 12,06 | 9,63 | 209,90 | 239/326 | |
| | Пюре картофельное | 200 | 4,08 | 6,40 | 27,27 | 183,00 | 312 | |
| | Салат из квашеной капусты | 100 | 1,72 | 5,02 | 8,50 | 86,03 | 47 | |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,20 | 0,00 | 14,00 | 28,00 | 376 | |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1,58 | 0,20 | 9,66 | 46,76 | к/к | |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 2,24 | 0,44 | 19,76 | 91,96 | к/к | |
| | Итого за обед | 930 | 28,35 | 33,76 | 118,92 | 866,11 | | |

повар-бригадир ГЛ

0238 мп. ГЛ