

СОГЛАСОВАНО

Руководитель образовательного учреждения

*И. В. Мухоморова*

УТВЕРЖДЕНО

Исполнительный директор

Нагучева Ш. С.



# МЕНЮ

23 ноября 2023 г.

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА                       | выход, г     | Б, г         | Ж, г         | У, г          | Энергетическая ценность, Ккал | Стоимость, руб. |               |               |
|--|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------------------------|-----------------|---------------|---------------|
|  |              |              |              |               |                               | продукт. набор  | наценка РЭК   | ИТОГО         |
| <b>5-11 кл., 1 см. (завтрак)</b>         |              |              |              |               |                               |                 |               |               |
| Салат из белокачанной капусты с горошком | 100 гр       | 1,57         | 6,02         | 8,79          | 95                            | 10,19           | 5,08          | 15,27         |
| Сайда, тушенная в томате с овощами       | 100 гр       | 6,23         | 6,41         | 3,86          | 93,33                         | 31,38           | 15,68         | 47,06         |
| Рис припущенный                          | 180 гр       | 4,37         | 5,16         | 44,00         | 239,94                        | 8,52            | 4,24          | 12,76         |
| Хлеб ржанопшеничный                      | 30 гр        | 2,04         | 0,36         | 10,08         | 50,36                         | 2,06            | 0,41          | 2,47          |
| Хлеб пшеничный                           | 40 гр        | 2,96         | 0,36         | 19,64         | 93,78                         | 2,28            | 0,46          | 2,74          |
| Чай с сахаром                            | 180 гр       | 0,06         | 0,18         | 9,01          | 36                            | 1,07            | 0,53          | 1,60          |
| <b>Итого по категории :</b>              | <b>630</b>   | <b>17,23</b> | <b>18,49</b> | <b>95,38</b>  | <b>608,41</b>                 | <b>55,50</b>    | <b>26,40</b>  | <b>81,90</b>  |
| <b>5-11 кл., 2 см. (обед)</b>            |              |              |              |               |                               |                 |               |               |
| Салат из свеклы с сыром                  | 100 гр       | 4,67         | 9,38         | 7,19          | 131                           | 12,92           | 6,45          | 19,37         |
| Рассольник ленинградский                 | 250 гр       | 2,02         | 5,10         | 12,00         | 105                           | 10,47           | 4,74          | 15,21         |
| Котлеты из куриного филе                 | 100 гр       | 7,00         | 5,27         | 13,47         | 122,22                        | 45,49           | 22,25         | 67,74         |
| Капуста тушенная свежая                  | 180 гр       | 3,73         | 5,83         | 16,97         | 135                           | 16,82           | 8,40          | 25,22         |
| Хлеб ржанопшеничный                      | 40 гр        | 2,72         | 0,48         | 13,44         | 68,32                         | 2,74            | 0,55          | 3,29          |
| Хлеб пшеничный                           | 60 гр        | 4,44         | 0,54         | 29,46         | 140,65                        | 3,42            | 0,68          | 4,10          |
| Кисель из чёрной смородины               | 200 гр       | 0,14         | 0,08         | 24,48         | 114                           | 9,25            | 4,63          | 13,88         |
| <b>Итого по категории :</b>              | <b>930</b>   | <b>24,72</b> | <b>26,68</b> | <b>117,01</b> | <b>816,19</b>                 | <b>101,11</b>   | <b>47,70</b>  | <b>148,81</b> |
| <b>5-11 кл., 3 см. (полдник)</b>         |              |              |              |               |                               |                 |               |               |
| Сырники со сметаной                      | 180/20 гр    | 13,64        | 12,48        | 32,84         | 287                           | 52,73           | 26,35         | 79,08         |
| Напиток "Снежок" индивидуальная упаковка | 200 гр       | 5,40         | 5,00         | 21,60         | 153                           | 27,00           | 8,10          | 35,10         |
| <b>Итого по категории :</b>              | <b>400</b>   | <b>19,04</b> | <b>17,48</b> | <b>54,44</b>  | <b>440</b>                    | <b>79,73</b>    | <b>34,45</b>  | <b>114,18</b> |
| <b>Итого :</b>                           | <b>1 960</b> | <b>60,99</b> | <b>62,65</b> | <b>266,83</b> | <b>1 864,6</b>                | <b>236,34</b>   | <b>108,55</b> | <b>344,89</b> |

Составил: \_\_\_\_\_  
Технолог  
должность

*И. В. Мухоморова*  
подпись

Шелест Е. Н.  
расшифровка подписи

Расчитал: \_\_\_\_\_  
Бух. калькулятор  
должность

*И. В. Мухоморова*  
подпись

Кравченко А. Г.  
расшифровка подписи

Принял: \_\_\_\_\_  
Шеф-повар  
должность

*И. В. Мухоморова*  
подпись

*И. В. Мухоморова*  
расшифровка подписи

