

«Утверждаю»  
Прудников А.А.  
Директор МАОУ «Володарская СОШ»

Фактическое меню на « 11 » 11 2023 г.  
ПО «Первомайское»

Суббота 1	Возраст от 7 лет до 11 лет	Б	Ж	У	Энер. Цен.	Возраст от 12 лет и старше	Б	Ж	У	Энер. Цен.
<b>Завтрак:</b>	Вес, грамм					Вес, грамм				
салат картофельный	60	1,1	2,8	8,2	62,8	100	1,8	4,7	13,7	104,6
Макароны отварные	150	5,3	4,9	32,8	196,8	180	6,4	5,9	39,4	236,2
Курица тушеная с морковью	90	12,7	5,2	4	113,7	100	14,1	5,8	4,4	126,4
Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	200	0,4	0	19,8	80,8
хлеб пшеничный йодированный	20	1,5	0,2	9,8	46,9	30	2,3	0,2	14,8	70,3
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>520</b>	<b>21,1</b>	<b>13,1</b>	<b>74,6</b>	<b>501,2</b>	<b>610</b>	<b>25</b>	<b>16,6</b>	<b>92,1</b>	<b>618,3</b>

Повар Шува Шувалиева Г.К.

«Утверждаю»  
Прудников А.А.  
Директор МАОУ «Володарская СОШ»

Фактическое меню на « 11 » 11 2023 г.  
ПО «Первомайское»

Суббота 1	Возраст от 7 лет до 11 лет	Б	Ж	У	Энер. Цен.	Возраст от 12 лет и старше	Б	Ж	У	Энер. Цен.
<b>Завтрак:</b>	Вес, грамм					Вес, грамм				
салат картофельный	60	1,1	2,8	8,2	62,8	100	1,8	4,7	13,7	104,6
Макароны отварные	150	5,3	4,9	32,8	196,8	180	6,4	5,9	39,4	236,2
Курица тушеная с морковью	90	12,7	5,2	4	113,7	100	14,1	5,8	4,4	126,4
Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	200	0,4	0	19,8	80,8
хлеб пшеничный йодированный	20	1,5	0,2	9,8	46,9	30	2,3	0,2	14,8	70,3
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>520</b>	<b>21,1</b>	<b>13,1</b>	<b>74,6</b>	<b>501,2</b>	<b>610</b>	<b>25</b>	<b>16,6</b>	<b>92,1</b>	<b>618,3</b>
<b>Завтрак 2:</b>										
Кондитерские изделия	60	4,4	5,8	24,0	250,2	60	4,5	5,9	44,64	250,2
<b>Итого:</b>	<b>60</b>	<b>4,4</b>	<b>5,8</b>	<b>24,0</b>	<b>250,2</b>	<b>60</b>	<b>4,5</b>	<b>5,9</b>	<b>44,64</b>	<b>250,2</b>

Повар Шува Шувалиева Г.К.

«Утверждаю»  
 Прудников А.А.  
 Директор МАОУ «Володарская СОШ»



Фактическое меню на « 11 » 11 2023 г.  
 ПО «Первомайское»

Суббота 1	Возраст от 7 лет до 11 лет	Б	Ж	У	Энер. Цен.	Возраст от 12 лет и старше	Б	Ж	У	Энер. Цен.
<b>Обед:</b>	Вес, грамм					Вес, грамм				
салат картофельный с капустой свежей и кукурузой	60	1,1	3,3	5,5	56,2	100	1,8	5,5	9,2	93,7
Суп с рыбными консервами (сайра)	200	5,9	6,8	12,5	134,6	250	7,4	8,4	15,7	168,3
Рис припущенный	150	3,5	4,8	35	196,8	180	4,2	5,8	42	236,2
Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	90	12,5	6,7	5,7	132,5	110	15,2	8,2	6,9	162
хлеб пшеничный йодированный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	40	3	0,3	19,7	93,8
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,3	0,2	7,9	39,1	30	2	0,4	11,9	58,7
Сок яблочный	200	1	0,2	20,2	86,6	200	1	0,2	20,2	86,6
<b>Итого за Обед</b>	<b>750</b>	<b>27,6</b>	<b>22,2</b>	<b>101,6</b>	<b>716,1</b>	<b>910</b>	<b>34,6</b>	<b>28,8</b>	<b>125,6</b>	<b>899,3</b>

Повар Шува Шувалиева Г.К.