



«Утверждаю»

Прудников А.А.
Директор МАОУ «Володарская СОШ»

Фактическое меню на «14» 10 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.
Завтрак:	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
Итого за Завтрак	520	21,1	13,1	74,6	501,2	610	25	16,6	92,1	618,3

Повар Шува Шувалиева Г.К.



«Утверждаю»

Прудников А.А.
Директор МАОУ «Володарская СОШ»

Фактическое меню на «14» 10 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.
Завтрак:	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
Итого за Завтрак	520	21,1	13,1	74,6	501,2	610	25	16,6	92,1	618,3
Завтрак 2:										
Кондитерские изделия	60	4,4	5,8	24,0	250,2	60	4,5	5,9	44,64	250,2
Итого:	60	4,4	5,8	24,0	250,2	60	4,5	5,9	44,64	250,2

Повар Шува Шувалиева Г.К.

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

Фактическое меню на « 14 » 10 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.
Обед:	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
Итого за Обед	750	27,6	22,2	101,6	716,1	910	34,6	28,8	125,6	899,3

Повар _____ Шувалиева Г.К.