

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

Фактическое меню на «18» 12 2023 г.
 ПО «Первомайское»

| Понедельник 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 из моркови и яблок | 60 | 0,5 | 6,1 | 4,3 | 74,3 | 100 | 0,9 | 10,2 | 7,1 | 123,8 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 8,2 | 6,3 | 35,9 | 233,7 | 180 | 9,9 | 7,6 | 43,1 | 280,4 |
| Биточек из говядины | 80 | 14,6 | 13,9 | 13,1 | 236,2 | 90 | 16,4 | 15,7 | 14,8 | 265,7 |
| Соус красный основной | 30 | 1 | 0,7 | 2,7 | 21,2 | 30 | 1 | 0,7 | 2,7 | 21,2 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 6,4 | 26,8 | 200 | 0,2 | 0 | 6,4 | 26,8 |
| хлеб пшеничный йодированный | 30 | 2,3 | 0,2 | 14,8 | 70,3 | 20 | 1,5 | 0,2 | 9,8 | 46,9 |
| Итого за Завтрак | 550 | 26,8 | 27,2 | 77,2 | 662,5 | 620 | 29,9 | 34,4 | 83,9 | 764,8 |

Повар Шува Шувалиева Г.К.

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

Фактическое меню на «18» 12 2023 г.
 ПО «Первомайское»

| Понедельник 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 из белокочанной капусты с морковью | 60 | 1 | 6,1 | 5,8 | 81,5 | 100 | 1,6 | 10,1 | 9,6 | 135,9 |
| Суп крестьянский с крупой (крупя рисовая) | 200 | 5 | 5,8 | 11,3 | 116,9 | 250 | 6,2 | 7,2 | 14,1 | 146,1 |
| Макароны отварные | 150 | 5,3 | 4,9 | 32,8 | 196,8 | 180 | 6,4 | 5,9 | 39,4 | 236,2 |
| Тефтели из говядины с рисом | 80 | 11,6 | 11,7 | 6,5 | 177,5 | 90 | 13 | 13,2 | 7,3 | 199,7 |
| Соус белый основной | 30 | 0,8 | 1,1 | 1,3 | 18,7 | 30 | 0,8 | 1,1 | 1,3 | 18,7 |
| Какао с молоком | 200 | 4,7 | 3,5 | 12,5 | 100,4 | 200 | 4,7 | 3,5 | 12,5 | 100,4 |
| хлеб пшеничный йодированный | 30 | 2,3 | 0,2 | 14,8 | 70,3 | 40 | 3 | 0,3 | 19,7 | 93,8 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2 | 0,4 | 11,9 | 58,7 | 30 | 2 | 0,4 | 11,9 | 58,7 |
| Итого за Обед | 780 | 32,7 | 33,7 | 96,9 | 820,8 | 920 | 37,7 | 41,7 | 115,8 | 989,5 |

Повар Шува Шувалиева Г.К.

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

Фактическое меню на « 8 » 12 2023 г.
 ПО «Первомайское»

| Понедельник 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 из моркови и яблок | 60 | 0,5 | 6,1 | 4,3 | 74,3 | 100 | 0,9 | 10,2 | 7,1 | 123,8 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 8,2 | 6,3 | 35,9 | 233,7 | 180 | 9,9 | 7,6 | 43,1 | 280,4 |
| Биточек из говядины | 80 | 14,6 | 13,9 | 13,1 | 236,2 | 90 | 16,4 | 15,7 | 14,8 | 265,7 |
| Соус красный основной | 30 | 1 | 0,7 | 2,7 | 21,2 | 30 | 1 | 0,7 | 2,7 | 21,2 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 6,4 | 26,8 | 200 | 0,2 | 0 | 6,4 | 26,8 |
| хлеб пшеничный йодированный | 30 | 2,3 | 0,2 | 14,8 | 70,3 | 20 | 1,5 | 0,2 | 9,8 | 46,9 |
| Итого за Завтрак | 550 | 26,8 | 27,2 | 77,2 | 662,5 | 620 | 29,9 | 34,4 | 83,9 | 764,8 |
| 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.