

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

Фактическое меню на «20» 12 2023 г.  
 ПО «Первомайское»

| Среда I                                  | 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 из белокочанной капусты с морковью | 60                         | 1           | 6,1         | 5,8         | 81,5         | 100                        | 1,6         | 10,1        | 9,6         | 135,9        |
| Картофельное пюре                        | 150                        | 3,1         | 5,3         | 19,8        | 139,4        | 180                        | 3,7         | 6,4         | 23,8        | 167,2        |
| Птица, тушенная в соусе                  | 90                         | 12,2        | 14          | 2,5         | 185          | 100                        | 13,5        | 15,6        | 2,8         | 205,6        |
| 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         | 30                         | 2,3         | 0,2         | 14,8        | 70,3         |
| <b>Итого за Завтрак</b>                  | <b>530</b>                 | <b>23,3</b> | <b>29,1</b> | <b>55,4</b> | <b>576,6</b> | <b>610</b>                 | <b>25,8</b> | <b>35,8</b> | <b>63,5</b> | <b>679,4</b> |

Повар Шува Шуваляева Г.К.

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

Фактическое меню на «20» 12 2023 г.  
 ПО «Первомайское»

| Среда I                                  | 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 из моркови и яблок                 | 60                         | 0,5         | 6,1         | 4,3        | 74,3         | 100                        | 0,9         | 10,2        | 7,1          | 123,8         |
| Суп картофельный с макаронными изделиями | 200                        | 4,8         | 2,2         | 15,5       | 100,9        | 250                        | 6           | 2,7         | 19,4         | 126,1         |
| Каша перловая рассыпчатая                | 150                        | 4,4         | 5,3         | 30,5       | 187,1        | 180                        | 5,3         | 6,3         | 36,6         | 224,5         |
| 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          |
| 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>770</b>                 | <b>29,9</b> | <b>28,8</b> | <b>109</b> | <b>815,7</b> | <b>920</b>                 | <b>35,6</b> | <b>36,5</b> | <b>132,4</b> | <b>1000,4</b> |

Повар Шува Шуваляева Г.К.

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

Фактическое меню на «20» 12 2023 г.  
 ПО «Первомайское»

| Среда 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 из белокочанной капусты с морковью | 60                         | 1           | 6,1         | 5,8         | 81,5         | 100                        | 1,6         | 10,1        | 9,6          | 135,9        |
| Картофельное пюре                        | 150                        | 3,1         | 5,3         | 19,8        | 139,4        | 180                        | 3,7         | 6,4         | 23,8         | 167,2        |
| Птица, тушенная в соусе                  | 90                         | 12,2        | 14          | 2,5         | 185          | 100                        | 13,5        | 15,6        | 2,8          | 205,6        |
| 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         | 30                         | 2,3         | 0,2         | 14,8         | 70,3         |
| <b>Итого за Завтрак</b>                  | <b>530</b>                 | <b>23,3</b> | <b>29,1</b> | <b>55,4</b> | <b>576,6</b> | <b>610</b>                 | <b>25,8</b> | <b>35,8</b> | <b>63,5</b>  | <b>679,4</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 Шуваリエва Г.К.