

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

Фактическое меню на «30» 09 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 из белокочанной капусты	60	1,5	6,1	6,2	85,8	100	2,5	10,1	10,4	143
Рагу из курицы	200	21	7	17,5	217,3	250	26,2	8,8	21,9	271,7
Кофейный напиток с молоком	200	3,9	2,9	11,2	86	200	3,9	2,9	11,2	86
хлеб пшеничный йодированный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	30	2,3	0,2	14,8	70,3
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,3	0,2	7,9	39,1	20	1,3	0,2	7,9	39,1
Итого за Завтрак	510	30	16,4	57,6	498,5	600	36,2	22,2	66,2	610,1

Повар Мур

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

Фактическое меню на «30» 09 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 1:	Вес, грамм					Вес, грамм				
Салат из белокочанной капусты	60	1,5	6,1	6,2	85,8	100	2,5	10,1	10,4	143
Рагу из курицы	200	21	7	17,5	217,3	250	26,2	8,8	21,9	271,7
Кофейный напиток с молоком	200	3,9	2,9	11,2	86	200	3,9	2,9	11,2	86
хлеб пшеничный йодированный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	30	2,3	0,2	14,8	70,3
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,3	0,2	7,9	39,1	20	1,3	0,2	7,9	39,1
Итого за Завтрак	510	30	16,4	57,6	498,5	600	36,2	22,2	66,2	610,1
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 Мур

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

Фактическое меню на « 30 » 09 2023 г.
ПО «Первомайское»

Суббота I	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				
Помидор в нарезке	60	0,7	0,1	2,3	12,8	100	1,1	0,2	3,8	21,4
Суп с рыбными консервами (сайра)	200	5,9	6,8	12,5	134,6	250	7,4	8,4	15,7	168,3
Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,3	35,9	233,7	180	9,9	7,6	43,1	280,4
Бефстроганов из отварной говядины	80	12	12,4	1,9	167,4	90	13,5	14	2,1	188,3
Компот из смородины	200	0,3	0,1	8,4	35,5	200	0,3	0,1	8,4	35,5
хлеб пшеничный йодированный	60	4,6	0,5	29,5	140,6	60	4,6	0,5	29,5	140,6
Хлеб ржано-пшеничный	30	2	0,4	11,9	58,7	30	2	0,4	11,9	58,7
Итого за Обед	780	33,7	26,6	102,4	783,3	910	38,8	31,2	114,5	893,2

Повар Ильин