

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

Фактическое меню на «6» 11 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.
<b>Завтрак:</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
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
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>550</b>	<b>26,8</b>	<b>27,2</b>	<b>77,2</b>	<b>662,5</b>	<b>620</b>	<b>29,9</b>	<b>34,4</b>	<b>83,9</b>	<b>764,8</b>

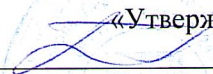
Повар Шува Шувалиева Г.К.

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

Фактическое меню на «6» 11 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.
<b>Обед:</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
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
<b>Итого за Обед</b>	<b>780</b>	<b>32,7</b>	<b>33,7</b>	<b>96,9</b>	<b>820,8</b>	<b>920</b>	<b>37,7</b>	<b>41,7</b>	<b>115,8</b>	<b>989,5</b>

Повар Шува Шувалиева Г.К.

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

Фактическое меню на « 6 » 11 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.
<b>Завтрак:</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
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
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>550</b>	<b>26,8</b>	<b>27,2</b>	<b>77,2</b>	<b>662,5</b>	<b>620</b>	<b>29,9</b>	<b>34,4</b>	<b>83,9</b>	<b>764,8</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  Шувалиева Г.К.