

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

Фактическое меню на « 9 » 09 2023 г.  
ПО «Первомайское»



Суббота 2	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				
Огурец в нарезке	60	0,5	0,1	1,5	8,5	100	0,8	0,1	2,5	14,1
Макаронны отварные	150	5,3	4,9	32,8	196,8	180	6,4	5,9	39,4	236,2
Биточек из курицы	80	15,3	3,4	10,7	134,9	90	17,2	3,9	12	151,8
Соус красный основной	30	1	0,7	2,7	21,2	30	1	0,7	2,7	21,2
Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	6,6	27,9	200	0,2	0,1	6,6	27,9
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
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>570</b>	<b>25,9</b>	<b>9,6</b>	<b>77</b>	<b>498,7</b>	<b>650</b>	<b>29,2</b>	<b>11,1</b>	<b>85,9</b>	<b>560,6</b>

Повар Шува

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

Фактическое меню на « 9 » 09 2023 г.  
ПО «Первомайское»



Суббота 2	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				
Кукуруза сахарная	60	1,2	0,2	6,1	31,3	100	2,1	0,4	10,2	52,2
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	4,7	5,7	10,1	110,4	250	5,9	7,1	12,7	138
Жаркое домашнему из курицы	220	27,3	6,8	19,3	248,2	250	31	7,8	22	282
Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	200	0,5	0	19,8	81
хлеб пшеничный йодированный	60	4,6	0,5	29,5	140,6	70	5,3	0,6	34,4	164,1
Хлеб ржано-пшеничный	60	4	0,7	23,8	117,4	70	4,6	0,8	27,7	136,9
<b>Итого за Обед</b>	<b>800</b>	<b>42,3</b>	<b>13,9</b>	<b>108,6</b>	<b>728,9</b>	<b>940</b>	<b>49,4</b>	<b>16,7</b>	<b>126,8</b>	<b>854,2</b>

Повар Шува

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

Фактическое меню на « 9 » 09 2023 г.  
ПО «Первомайское»

Суббота 2	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 1:</b>	Вес, грамм					Вес, грамм				
Огурец в нарезке	60	0,5	0,1	1,5	8,5	100	0,8	0,1	2,5	14,1
Макароны отварные	150	5,3	4,9	32,8	196,8	180	6,4	5,9	39,4	236,2
Биточек из курицы	80	15,3	3,4	10,7	134,9	90	17,2	3,9	12	151,8
Соус красный основной	30	1	0,7	2,7	21,2	30	1	0,7	2,7	21,2
Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	6,6	27,9	200	0,2	0,1	6,6	27,9
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
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>570</b>	<b>25,9</b>	<b>9,6</b>	<b>77</b>	<b>498,7</b>	<b>650</b>	<b>29,2</b>	<b>11,1</b>	<b>85,9</b>	<b>560,6</b>
<b>Завтрак 2:</b>										
Сок натуральный в индивидуальной упаковке	200	0,34	0	43,7	84,8	200	0,34	0	43,7	84,8
<b>Итого:</b>	<b>200</b>	<b>0,34</b>	<b>0</b>	<b>43,7</b>	<b>84,8</b>	<b>200</b>	<b>0,34</b>	<b>0</b>	<b>43,7</b>	<b>84,8</b>

Повар

Шуш