



И.Н. Ковалев

Ковалев  
Игорь  
Николаевич  
июня 2023 г.

Согласовано  
Директор школы №



## МЕНЮ НА 5.6.2023г.

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Себестоимость, руб.
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			
<b>Завтрак</b>									
11/4	Каша "Ароматная" молочная с маслом сливочным	200	7,16	5,02	8,54	0,68	24,76	202,86	15,54
1	Батон	50	3,85	0,00	1,50	1,50	26,65	134,76	4,42
10	Масло сливочное	10	0,08	0,08	7,25	0,00	0,13	66,06	6,50
1/6	Яйцо отварное	40	5,08	5,08	4,60	0,00	0,28	62,78	6,00
27/10	Чай (вариант 1)	200	0,10	0,00	0,02	0,02	5,94	23,10	0,69
	<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>16,27</b>	<b>10,18</b>	<b>21,92</b>	<b>2,20</b>	<b>57,76</b>	<b>489,57</b>	<b>33,15</b>
<b>Завтрак - 2 (витаминный стол)</b>									
13	Яблоко	150	0,60	0,00	0,60	0,60	17,40	73,02	15,75
	<b>Итого за 'Завтрак - 2 (витаминный стол)'</b>		<b>0,60</b>	<b>0,00</b>	<b>0,60</b>	<b>0,60</b>	<b>17,40</b>	<b>73,02</b>	<b>15,75</b>
<b>Обед</b>									
12	Салат из свежей капусты, помидоров и огурцов.	80	1,14	0,00	2,39	2,39	5,23	44,45	8,32
11/2	Рассольник с крупой и сметаной	250	2,46	0,00	5,42	5,41	18,77	131,17	13,06
3/3	Картофельное пюре	160	3,32	0,58	3,91	0,55	23,55	141,42	14,73
36/59	Тефтели из говядины с рисом в соусе томатном (вариант 1)	100	9,75	8,78	16,51	10,18	11,62	232,61	25,11
2	Хлеб пшеничный	32,7	2,16	0,00	0,21	0,21	15,34	73,22	1,44
3	Хлеб ржаной	20	1,32	0,00	0,24	0,24	8,34	38,68	0,92
5	Сок	200	1,00	0,00	0,20	0,00	20,60	86,48	9,40
13/12	Булочка слобная в ассортименте 100г.	40	3,33	0,68	2,73	3,15	20,66	119,61	6,30
	<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>24,49</b>	<b>10,04</b>	<b>31,62</b>	<b>22,14</b>	<b>124,09</b>	<b>867,63</b>	<b>79,28</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>41,35</b>	<b>20,22</b>	<b>54,14</b>	<b>24,94</b>	<b>199,25</b>	<b>1430,22</b>	<b>128,18</b>