



И.И.ИП Ковалев И.Н.

МЕНЮ НА 7.6.2023г.

Согласовано

Директор школы №



№	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.			
Завтрак									
16/4	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	160	2,14	1,88	4,06	0,00	8,78	78,68	7,21
8/5	Запеканка (сырники) из творога	100	16,90	16,21	9,60	1,01	13,43	209,25	26,85
1/12	Молоко сгущенное	20	1,44	1,44	1,70	0,00	11,10	63,48	4,45
2	Хлеб пшеничный	20	1,32	0,00	0,13	0,13	9,38	44,78	0,88
27/10	Чай (вариант 1)	200	0,10	0,00	0,02	0,02	5,94	23,10	0,69
Итого за 'Завтрак'			21,90	19,54	15,52	1,17	48,63	419,29	40,08
Завтрак - 2 (витаминный стол)									
13	Яблоко	160	0,64	0,00	0,64	0,64	18,56	77,89	16,80
Итого за 'Завтрак - 2 (витаминный стол)'			0,64	0,00	0,64	0,64	18,56	77,89	16,80
Обед									
12/1	Салат из белокочанной капусты с яблоками, морковью и растительным маслом	80	1,15	0,00	4,79	4,79	7,61	74,93	5,95
17/1	Суп картофельный с рыбными консервами	250	7,90	0,00	5,78	4,42	29,56	198,67	17,39
16/8	Биточки (котлеты) из мяса говядины (вариант 1)	100	15,00	13,25	12,92	3,92	10,72	218,90	33,79
46/3	Макаронные изделия отварные	180	6,36	0,04	3,57	0,80	40,93	220,73	5,42
601	Соус сметанный с томатом.	20	0,29	0,00	0,60	0,02	1,16	11,23	1,18
2	Хлеб пшеничный	33,4	2,21	0,00	0,22	0,22	15,66	74,78	1,47
3	Хлеб ржаной	20	1,32	0,00	0,24	0,24	8,34	38,68	0,92
37/10	Напиток из шиповника	200	0,50	0,00	0,21	0,21	20,16	77,02	5,18
Итого за 'Обед'			34,73	13,29	28,32	14,61	134,14	914,94	71,30
Итого за день			57,27	32,82	44,48	16,41	201,33	1412,12	128,18