

КШП ИП Ковалев И.Н.

22 июня 2023 г.



Согласовано
Директор школы № 13



МЕНЮ НА 22.6.2023г.

| № | Наименование блюда | Выход, г | Белки, г | | Жиры, г | | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Себестоимость, руб. |
|---|---|----------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------------------------|---------------------|
| | | | всего | в т.ч. жив. | всего | в т.ч. раст. | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | |
| 5/4 | Каша манная молочная с маслом сливочным | 200 | 5,31 | 2,35 | 5,09 | 0,32 | 29,47 | 183,34 | 9,35 |
| 3/13 | Горячий бутерброд с сыром (70гр) | 70 | 6,51 | 3,49 | 11,59 | 1,08 | 20,38 | 212,16 | 17,04 |
| 16/1 | Вафли в ассортименте | 35 | 1,58 | 0,00 | 10,50 | 0,00 | 21,35 | 181,93 | 6,32 |
| 36/10 | Какао с молоком (вариант 1) | 200 | 3,87 | 2,90 | 3,48 | 0,75 | 15,43 | 103,49 | 8,81 |
| Итого за 'Завтрак' | | | 17,26 | 8,74 | 30,65 | 2,15 | 86,63 | 680,92 | 41,52 |
| Завтрак - 2 (витаминный стол) | | | | | | | | | |
| 13 | Киви | 100 | 0,80 | 0,00 | 0,40 | 0,40 | 11,90 | 52,77 | 19,00 |
| Итого за 'Завтрак - 2 (витаминный стол)' | | | 0,80 | 0,00 | 0,40 | 0,40 | 11,90 | 52,77 | 19,00 |
| Обед | | | | | | | | | |
| 20/1 | Салат из свежих томатов с растительным маслом | 100 | 1,01 | 0,00 | 6,06 | 6,06 | 4,79 | 76,75 | 16,72 |
| 16/2 | Суп картофельный с бобовыми | 250 | 5,87 | 0,00 | 5,47 | 5,47 | 22,81 | 159,42 | 6,81 |
| 40/2 | Гренки (сухарики) | 15 | 1,29 | 0,00 | 0,14 | 0,16 | 7,68 | 37,80 | 0,79 |
| 4/90 | Плов из мяса кур (филе) | 250 | 19,66 | 15,59 | 17,51 | 4,38 | 47,91 | 426,49 | 36,54 |
| 2 | Хлеб пшеничный | 23,1 | 1,53 | 0,00 | 0,15 | 0,15 | 10,83 | 51,72 | 1,02 |
| 3 | Хлеб ржаной | 30 | 1,98 | 0,00 | 0,36 | 0,36 | 12,51 | 58,01 | 1,38 |
| 63/1/1 | Компот из свежих плодов (вариант 1) | 200 | 0,11 | 0,00 | 0,11 | 0,12 | 12,25 | 47,85 | 4,40 |
| Итого за 'Обед' | | | 31,45 | 15,59 | 29,80 | 16,70 | 118,79 | 858,05 | 67,66 |
| Итого за день | | | 49,51 | 24,33 | 60,85 | 19,25 | 217,32 | 1591,74 | 128,18 |