

СОГЛАСОВАНО  
Руководитель организации



## МЕНЮ

УТВЕРЖДЕНО  
Директор



**13.09.2023**

**12 и старше (5-11кл),**

**Неделя по цикличному меню: 2**

**День цикличному меню: 3**

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА                     | ВЫХОД,<br>г | Б,<br>г      | Ж,<br>г      | У,<br>г       | Энергетическая<br>ценность, Ккал | Стоимость, руб. |
|----------------------------------------|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------------------------|-----------------|
| <b>Завтрак</b>                         |             | <b>24,78</b> | <b>24,68</b> | <b>107,73</b> | <b>689</b>                       | <b>105,76</b>   |
| Котлета рыбная (филе минтай)           | 100         | 14,80        | 13,90        | 11,80         | 164                              | 36,14           |
| Картофель отварной                     | 180         | 3,60         | 9,18         | 28,62         | 218                              | 22,14           |
| Сок фруктовый (яблочный)               | 180         | 0,68         |              | 18,51         | 77                               | 18,72           |
| Фрукты (Груша) <i>яблоко</i>           | 100         | 0,40         | 0,30         | 10,30         | 47                               | 21,13           |
| Хлеб пшеничный                         | 50          | 3,50         | 1,00         | 25,00         | 120                              | 4,62            |
| Хлеб ржаной                            | 30          | 1,80         | 0,30         | 13,50         | 63                               | 3,01            |
| <b>Обед</b>                            |             | <b>35,42</b> | <b>22,77</b> | <b>127,63</b> | <b>1 065</b>                     | <b>148,70</b>   |
| Салат из капусты белокочанной          | 100         | 1,30         | 3,25         | 6,47          | 60                               | 8,82            |
| Суп с макаронными изделиями            | 250         | 2,39         | 5,08         | 13,00         | 121                              | 5,63            |
| Филе птицы, тушенное в сметанном соусе | 120         | 18,88        | 7,16         | 3,98          | 282                              | 92,66           |
| Каша гречневая рассыпчатая с маслом    | 180         | 5,74         | 5,33         | 37,06         | 293                              | 19,35           |
| Чай с сахаром и лимоном                | 200         | 0,13         |              | 10,20         | 42                               | 3,07            |
| Фрукты (яблоки)                        | 100         | 0,38         | 0,35         | 8,92          | 40                               | 9,62            |
| Хлеб пшеничный                         | 60          | 4,20         | 1,20         | 30,00         | 143                              | 5,54            |
| Хлеб ржаной                            | 40          | 2,40         | 0,40         | 18,00         | 84                               | 4,01            |
| <b>Полдник</b>                         |             | <b>13,52</b> | <b>10,59</b> | <b>59,05</b>  | <b>346</b>                       | <b>68,63</b>    |
| Котлета куриная, запеченная в ТЕСТЕ    | 100         | 11,99        | 10,41        | 33,17         | 234                              | 35,74           |
| Сок фруктовый (яблочный)               | 180         | 0,68         |              | 18,51         | 77                               | 18,72           |
| Фрукты (Апельсин)                      | 100         | 0,85         | 0,18         | 7,37          | 35                               | 14,17           |
|                                        |             | <b>73,72</b> | <b>58,04</b> | <b>294,41</b> | <b>2 100</b>                     | <b>323,09</b>   |

Принял:

Заведующий  
производством

должность

подпись

расшифровка подписи



## М Е Н Ю (выбор)

**13.09.2023**

**12 и старше (5-11кл),**

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА                         | ВЫХОД,<br>г | Б,<br>г | Ж,<br>г | У,<br>г | Энергетическая<br>ценность, Ккал | Стоимость, руб. |
|--------------------------------------------|-------------|---------|---------|---------|----------------------------------|-----------------|
| Салат                                      |             |         |         |         |                                  | 13,30           |
| 1 - Салат из свежих огурцов                | 100         | 0,82    | 2,66    | 2,48    | 37                               | 13,13           |
| 2 - Помидоры свежие порция                 | 110         | 1,21    | 0,22    | 4,18    | 24                               | 13,47           |
| Основное                                   |             |         |         |         |                                  | 62,50           |
| 1 - Котлета рыбная (филе минтай)           | 105         | 15,54   | 14,60   | 12,39   | 172                              | 37,94           |
| 1 - Картофель отварной                     | 200         | 4,00    | 10,20   | 31,80   | 242                              | 24,60           |
| 2 - Филе птицы, тушонное в сметанном соусе | 60          | 9,44    | 3,58    | 1,99    | 141                              | 46,32           |
| 2 - Каша гречневая рассыпчатая с маслом    | 150         | 4,79    | 4,44    | 30,89   | 244                              | 16,13           |
| Дополнение                                 |             |         |         |         |                                  | 8,85            |
| 1 - Чай с сахаром и лимоном                | 200         | 0,13    |         | 10,20   | 42                               | 3,07            |
| 1 - Хлеб пшеничный                         | 30          | 2,10    | 0,60    | 15,00   | 72                               | 2,77            |
| 1 - Хлеб ржаной                            | 30          | 1,80    | 0,30    | 13,50   | 63                               | 3,01            |
|                                            |             | 39,83   | 36,60   | 122,43  | 1 037                            | 84,65           |

Принял:

Заведующий  
производством  
должность

подпись

расшифровка подписи