Согласовано:
Директор МАОУ «СОШ № 3» НГО
_____ О. А. Виноградова

Утверждаю
ИП Козырева Е.В.

МЕНЮ
по типу завтраков для детей, обучающихся в 1-4 классах (за исключением обучающихся с ОВЗ и детей-инвалидов) 1- я смена по столовой МАОУ «СОШ № 3» НГО на 7 – 11 октября 2024г.

Вариант 1

Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	выход	Б	Ж	У	Ккал
7 октября						
Понедельник						
Макаронные изделия с сыром, маслом	*394*	200	15,5	18,6	49,7	389,2
Икра кабачковая		60	0,56	2,16	3,92	36,56
Чай с сахаром	*685*	200	0,1	0,03	9,9	35
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.		20/35	4,1	0,7	23,54	159,27
Молоко		200	5,6	6,4	8,2	112,0
Стоимость рациона:		**95,00**				
8 октября						
Вторник						
Сыр твердый, масло слив.		15/10	3,9	3,99	-	51,5
Каша молочная овсяная с маслом	*311*	150/5	8,6	13,75	29,7	191,6
Кофейный напиток	*692*	200	2,4	2,4	18,5	109
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.		20/35	4,1	0,7	23,54	159,27
Фрукт консервированный		100	0,2	0	11,5	76
Молоко		200	5,6	6,4	8,2	112,0
Стоимость рациона:		**95,00**				
9 октября						
Среда						
Масло слив.		10				
Запеканка рисовая с творогом, соус. мол.	*253*	190/50	13	18	40	318
Какао на молоке	*693*	200	2,4	1,6	19,4	112,5
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.		20/35	4,1	0,7	23,54	159,27
Молоко		200	5,6	6,4	8,2	112,0
Стоимость рациона:		**95,00**				
10 октября						
Четверг						
Тефтели рыбные с соусом	*389*	90	8,5	11,5	14,26	179,5
Гороховое пюре	*108*	150	6,67	6,98	35,16	205,6
Огурец консервированный		20	0	0	0,6	2,4
Чай с сахаром, лимоном	*686*	200	0,2	0,04	10,2	41
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.		20/35	4,1	0,7	23,54	159,27
Молоко		200	5,6	6,4	8,2	112,0
Стоимость рациона:		**95,00**				
11 октября						
Пятница						
Вареники п/ф отварные с маслом	*357*	240/10	14,5	18,8	38,9	344,5
Чай с сахаром	*685*	200	0,1	0,03	9,9	35
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.		20/35	4,1	0,7	23,54	159,27
Молоко		200	5,6	6,4	8,2	112,0
Стоимость рациона:		**95,00**				

Бухгалтер_____

Повар-бригадир_____