

Согласовано:
 Директор МАОУ СОШ №1
 им. И.Д.Бувальцева
 МО Кореновский район

Седова И.А.



Меню
18.09.2025.

Возрастная категория: от 12 лет и старше

4 день

Прием пищи	Наименоие блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
ЗАВТРАК	Запеканка из творога	170	18,85	12,83	18,04	266,73	223	88,57
	Молоко сгущенное	30	2,16	2,55	16,65	98,4	Н	7,28
	какао с молоком	200	4,83	3,88	13,32	109,2	162	16,3
	батон	50	3,85	1,5	25,05	129,5	Н	5,85
	Фрукт (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47,0	н	12,57
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		550	30,09	21,16	82,86	650,83		130,5
ОБЕД	Борщ с капустой и картофелем	250	1,8	5,94	9,94	101,14	81	12,33
	Икра кабачковая консервированная	100	1,9	8,9	7,7	119,0	Н	8,19
	Гуляш из отварной говядины	100	10,96	9,93	5,31	241,73	246	106,82
	Каша рассыпчатая гречневая	180	9,83	10,5	44,4	311,16	171,1	13,18
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,25	0,01	7,39	31,81	143	22,10
	Хлеб пшеничный	40	3,05	0,25	20,07	92,4	Н	1,58
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,18	8,48	38,4	н	1,73
ИТОГО ЗА ОБЕД		890	29,11	35,71	103,29	935,64		178,48
ПОЛДНИК	Снежок	200	5,6	5,0	21,6	154,0	435	16,56
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47,0	Н	12,57
	Сыр порционнно	20	4,64	5,9	0,0	72,8	Н	12,65
	Батон	40	3,08	1,2	20,04	103,6	Н	3,87
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		360	13,72	69,37	51,44	377,4		33,0
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1800	72,92	126,24	237,59	1963,87		39,46

Ст. повар

Смыкова Н.Ф.

Согласовано:

Директор МАОУ СОШ №1
им. И.Д. Бувальцева
МО Кореновский район

Седова И.А.



Меню
18.09.2025г.

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерге- тическ ая ценнос- ть	№ ре- цеп- ту- ры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 4								
ЗАВТРАК	Запеканка из творога	150	15,51	10,55	14,85	262,64	223	88,57
	Молоко сгущенное	20	1,44	1,7	11,1	65,6	Н	7,28
	Какао с молоком	200	4,83	3,88	13,32	109,2	162	16,3
	Батон	30	2,31	0,9	15,03	77,7	Н	5,85
	Фрукт (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47,0	н	12,57
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		500	24,49	17,43	64,1	562,14		130,57
ОБЕД	Борщ с капустой и картофелем	200	1,44	4,55	7,97	79,12	81	12,33
	Икра кабачковая консервированная	60	1,14	5,34	4,62	71,4	Н	8,19
	Гуляш из отварной говядины	90	9,87	8,96	4,81	217,72	246	106,82
	Каша рассыпчатая гречневая	150	8,19	8,75	37,01	259,25	171, 1	13,18
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,25	0,01	7,39	31,81	143	22,10
	Хлеб пшеничный	40	3,05	0,25	20,07	92,4	Н	1,58
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,18	8,48	38,4	н	1,73
ИТОГО ЗА ОБЕД		760	25,26	28,04	90,35	790,1		178,48
ПОЛДНИК	Сыр порциями	15	3,48	4,43	0,0	54,6	15	16,56
	Снежок	200	5,6	5,0	21,6	154,0	435	154,0
	Батон	25	1,93	0,75	12,53	64,75	Н	35,59
	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47,0	н	3,87
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		340	11,41	10,58	43,93	320,35	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1600	61,16	56,05	198,38	1672,59		

Ст. повар

Смыкова Н.Ф.