



Согласовано:

Директор МОУ Константиновской СШ

Чепурна Е.П.

Утверждаю:

Индивидуальный предприниматель

Архиповский М.В.



# Меню

От 05 ноября 2024 г.

возрастная категория от 12-18 лет

	Завтрак	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Сборник рецептов
1	Запеканка из творога	200	48-55	30,6	11,05	22,42	311,2	54-1г
2	Молоко сгущенное	50	7-70	3,6	4,25	27,75	164	пром
3	Чай без сахара	200	0-72	0,2	0	0,1	1,4	54-1г
4	Фрукты свежие	100	22-03	0,5	0,5	21	51	338/2011
	<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:</b>	<b>550</b>	<b>79-00</b>	<b>34,9</b>	<b>15,8</b>	<b>71,27</b>	<b>527,6</b>	

	Обед	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Сборник рецептов
1	Овощи свежие в нарезке(огурец)	100	9-76	0,7	0,14	2,1	11,9	54-2з
2	Бульон куриный с гренками	250	7-71	12	8,9	20	207,8	584с/2012
3	Биточек из говядины	100	46-51	17,32	16,6	15,7	279,9	54-6м
4	Макароны отварные	180	10-62	5,5	4,9	33,4	200,7	54-1г
5	Чай с сахаром	200	1-62	0,2	0	6,5	26,8	54-2гн
6	Хлеб ржаной	30	1-05	2	0,4	10	51,2	пром
7	Хлеб пшеничный	60	1-73	3,6	0,5	29,5	140,6	пром
	<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:</b>	<b>920</b>	<b>79-00</b>	<b>41,32</b>	<b>31,44</b>	<b>117,2</b>	<b>918,9</b>	
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>76,22</b>	<b>47,24</b>	<b>188,47</b>	<b>1446,5</b>	

Зав.производством

Кавина И.П.



Согласовано:

Директор МОУ Константиновской СШ

Чепурна Е.П.

Утверждаю:

Индивидуальный предприниматель

Архиповский М.В.



# Меню

От 06 ноября 2024 г.

возрастная категория от 12-18 лет

	Завтрак	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Сборник рецептур
1	Рис отварной	150	16-26	3,7	4,8	36,5	203,5	54-6г
2	Гуляш	90	35-12	16,2	12,83	4,08	194,91	277/2012
3	Батон обогащенный микронутриентами	50	2-07	3,75	1,45	25,7	131	пром
4	Чай с сахаром и лимоном	200	3-66	0,3	0	6,7	27,9	54-3гн
5	Фрукты свежие (мандарин)	100	21-89	1,1	0,3	10,5	49	пром
	<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:</b>	<b>590</b>	<b>79-00</b>	<b>25,05</b>	<b>19,38</b>	<b>83,48</b>	<b>606,31</b>	

	Обед	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Сборник рецептур
1	Овощи свежие в нарезке (помидор)	100	19-52	0,75	0,1	2,45	13,65	54-3з
2	Суп картофельный с рыбой (минтай)	250	15-98	8,58	2,7	14,9	118,2	54-20с
3	Жаркое по-домашнему из курицы	250	37-07	25,4	6,4	18,04	231,3	54-28м
4	Чай с сахаром и лимоном	200	3-66	0,3	0	6,7	27,9	54-3гн
5	Хлеб ржаной	30	1-05	2	0,4	10	51,2	пром
6	Хлеб пшеничный	60	1-72	3,6	0,5	29,5	140,6	пром
	<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:</b>	<b>890</b>	<b>79-00</b>	<b>40,63</b>	<b>10,1</b>	<b>81,59</b>	<b>582,85</b>	
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>65,68</b>	<b>29,48</b>	<b>165,07</b>	<b>1189,16</b>	

Зав.производством

Кавина И.П.



Согласовано:

Директор МОУ Константиновской СШ

Чепурна Е.П.



Утверждаю:

Индивидуальный предприниматель

Архиповский М.В.

## Меню

От 07 ноября 2024 г.

возрастная категория от 12-18 лет

	Завтрак	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Сборник рецептов
1	Блины с джемом	180/20	30-03	12,03	10,8	74,35	442,6	267/2011
2	Йогурт фруктовый	125	24-09	3,5	10,1	17,3	112,5	пром
3	Чай с сахаром	200	1-62	0,2	0	6,5	26,8	54-2гн
4	Фрукты свежие (банан)	100	23-26	2,3	0	33,6	143,4	пром
	<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:</b>	<b>595</b>	<b>79-00</b>	<b>17,8</b>	<b>20,7</b>	<b>123,9</b>	<b>691,3</b>	

	Обед	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Сборник рецептов
1	Салат из свеклы отварной	100	3-13	0,85	2,88	4,9	48,6	54-13з
2	Суп овощной	250	8-74	1,45	3,8	8,3	73	54-17с
3	Биточек из курицы, соус красный основной	85/20	43-86	16,5	4,07	13,2	154,7	54-23м 54-3соус
4	Картофельное пюре	150	18-64	3,2	5,2	19,78	139,4	54-11г
5	Чай с сахаром	200	1-62	0,2	0	6,5	26,8	54-2гн
6	Хлеб ржаной	30	1-27	2	0,4	10	51,2	пром
7	Хлеб пшеничный	60	1-74	3,6	0,5	29,5	140,6	пром
	<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:</b>	<b>925</b>	<b>79-00</b>	<b>33,2</b>	<b>17,95</b>	<b>121,7</b>	<b>782,8</b>	
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>51</b>	<b>38,65</b>	<b>245,6</b>	<b>1474,1</b>	

Зав.производством

Кавина И.П.



Согласовано:

Директор МОУ Константиновской СШ

Чепурна Е.П.

Утверждаю:

Индивидуальный предприниматель

Архиповский М.В.



# Меню

От 08 ноября 2024 г.

возрастная категория от 12-18 лет

	Завтрак	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Сборник рецептур
1	Макароны отварные	150	10-62	5,4	4,9	32,8	196,8	54-1г
2	Биточек из курицы	90	31-28	14,4	3,2	10,1	126,4	54-23м
3	Масло сливочное	10	9-60	0,1	7,2	0,1	66,1	53-19з
4	Чай с сахаром и лимоном	200	3-66	0,3	0	6,7	27,9	54-3гн
5	Фрукты свежие	100	21-77	0,5	0,5	21	51	338/2011
6	Батон обогащенный микронутриентами	50	2-07	3,75	1,45	25,7	131	пром
	<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:</b>	<b>600</b>	<b>79-00</b>	<b>27,33</b>	<b>17,89</b>	<b>98,42</b>	<b>624,48</b>	

	Обед	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Сборник рецептур
1	Кукуруза сахарная	60	9-16	1,2	0,2	6,1	31,3	54-21з
2	Бульон куриный с вермишелью	250	10-48	12	8,9	20	207,8	584с/2012
3	Котлета рыбная любительская(минтай)	100	34-69	14,2	2,6	8,6	114,2	54-3р
4	Картофельное пюре	180	18-64	3,2	5,3	20,1	142,1	54-11г
5	Чай с сахаром и лимоном	200	3-66	0,3	0	6,7	27,9	54-3гн
6	Хлеб ржаной	30	1-07	2	0,4	10	51,2	пром
7	Хлеб пшеничный	60	1-30	3,6	0,5	29,5	140,6	пром
	<b>ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:</b>	<b>880</b>	<b>79-00</b>	<b>36,2</b>	<b>17,9</b>	<b>100,3</b>	<b>691,2</b>	
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>63,53</b>	<b>35,79</b>	<b>198,72</b>	<b>1315,68</b>	

Зав.производством

Кавина И.П.