





Создано в:  
 Генеральный директор ООО «Титан-2001»  
 Рыбин В.И.

Утверждаю:  
 Директор МБОУ СОШ № \_\_\_\_\_

**МЕНЮ**  
 на 7 апреля 2023 г.

День: пятница

№ п/п	Наименование блюда	№ рец.	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийности	Цена
1	2	3	4	5	6	7	8	9
<b>Завтрак</b>								
1	Макароны с сыром 200гр		200					35,85
2	Масло сливочное порциями, 10 г	14/2015	10	0,08	7,25	0,13	66	9,38
3	Кофейный напиток с молоком 2,5%	501/2013	200	3,2	2,7	15,9	79	11,66
4	Яблоко	112/2013	1шт	0,8	0,8	19,6	94	27,02
5	Батон 35	111/2013	35	3,48	1	17,88	91,17	4,19
6	Хлеб 10г	109/2013	10	0,66	0,12	3,34	17,4	0,78
	<b>Итого за Завтрак</b>			<b>8,22</b>	<b>11,87</b>	<b>56,85</b>	<b>347,57</b>	<b>88,88</b>
<b>2-й Завтрак</b>								
1	Макароны с сыром 200гр		200					35,85
2	Масло сливочное порциями, 10 г	14/2015	10	0,08	7,25	0,13	66	9,38
3	Кофейный напиток с молоком 2,5%	501/2013	200	3,2	2,7	15,9	79	11,66
4	Батон 25	111/2013	25	1,88	0,73	12,85	65,5	2,99
	<b>Итого за 2-й Завтрак</b>			<b>5,16</b>	<b>10,68</b>	<b>28,88</b>	<b>210,5</b>	<b>60,00</b>
<b>Обед</b>								
1	Помидоры свежие 45г -2009-246		45					16,95
2	Борщ с капустой и картофелем, сметаной 250г	128/2013	250/10	1,85	5	10,65	95	11,39
3	Котлеты рыбные 100гр	345/2013	100	13,9	2,1	9,6	113	38,34
4	Пюре картофельное 150 гр.	429/2013	150	3,15	6,6	16,35	138	15,47
5	Чай с сахаром 200г	493/2013	200	0,1		15	60	2,23
6	Хлеб 41г	109/2013		1,32	0,24	6,68	34,8	3,20
7	Батон 10	111/2013	10	0,75	0,29	5,14	26,2	1,20
	<b>Итого за Обед</b>			<b>21,07</b>	<b>14,23</b>	<b>63,42</b>	<b>467</b>	<b>88,88</b>
<b>2-й Обед</b>								
1	Помидоры свежие 30г -2009-246							11,30
2	Борщ с капустой и картофелем, сметаной 250г	128/2013	250/10	1,85	5	10,65	95	11,39
3	Котлеты рыбные 100гр	345/2013	100	13,9	2,1	9,6	113	38,34
4	Пюре картофельное 180 гр	429/2013	180	3,78	7,92	19,62	165,6	18,57
5	Чай с сахаром 200г	493/2013	200	0,1		15	60	2,23
6	Хлеб 40г	109/2013	40	2,64	0,48	13,36	69,6	3,13
	<b>Итого за 2-й Обед</b>			<b>22,27</b>	<b>15,5</b>	<b>68,23</b>	<b>503,2</b>	<b>85,00</b>
<b>Полдник</b>								
1	Сок 0,2	389/2015	1шт	1		20,2	84,8	21,75
2	Пирожок печеный со сгущенным молоком 75 г	738/2009	75	5,8	4,86	36,12	211,63	11,32
	<b>Итого за Полдник</b>			<b>6,8</b>	<b>4,86</b>	<b>56,32</b>	<b>296,43</b>	<b>33,07</b>
<b>Буфет</b>								
1	Салат из свежих помидоров и огурцов 100г	24/2015	100	0,96	6,08	3,65	70,7	38,02
2	Винегрет овощной 100 гр	1/2009	100	1,26	10,14	8,32	129,26	13,05
3	Салат из свежих с яблоками 100г	60/2013	100	1,2	5,4	11,3	99	9,83
4	Суп картофельный с рыбой ( минтай)	50/2009	250	13,21	4,11	6,7	116,24	30,16
5	Борщ из свежей капусты с картофелем 110/2004		250					12,10
6	Птица, тушенная в сметанном соусе 50/50	290/2015	50/50	12,98	14,01	6,44	204,05	35,64
7	Рагу из птицы 214/2009 180 гр	214/2009	180	15,81	20,16	18,72	317,7	34,58
8	Макароны отварные 180г	291/2013	180	6,78	0,81	34,85	173,9	11,35
9	Каша гречневая рассыпчатая 180гр 237/2013	237/2013	180	10,26	9,41	44,49	303,66	16,03
10	Чай с лимоном 200г	494/2013	200	0,1		15,2	61	3,62
11	Компот из изюма	348/2015	200	0,78	0,04	27,63	114,8	6,82
12	Булочка "Творожная" 50 786/2004		50					10,43
13	Пирожок с повидлом 75гр	335/2009	75	5,8	4,86	36,12	211,62	10,26
14	Пирожок с яблоками 75гр		75					12,05
15	Вода лит. не газир. 0,5 л		1 шт					21,32
	<b>Итого за Буфет</b>							
<b>Диетическое питание</b>								
1	Омлет натуральный 200 гр	301/2013	200	17,23	26,77	4,61	326,15	53,97
2	Птица отварная (грудка) 75г 487-2004		75					36,86
3	Картофель отварной 150гр 2009-239		150					9,67
4	ДИЕТА Кофейный напиток с молоком 286-2009 б/с		200					7,21
	<b>Итого за Диетическое питание</b>							
<b>Итого за день</b>								

Калькулятор \_\_\_\_\_

Заведующая производством \_\_\_\_\_