

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ Орловский УВК

Шеремет Р.М.

Дата 14.04.2024 год

## МЕНЮ 1-4 классы завтрак

4 день

| № п/п | Наименование блюда               | Выход | цена  | Белки | Жиры  | Углеводы | Ккал   |
|-------|----------------------------------|-------|-------|-------|-------|----------|--------|
| 67    | Овощи                            |       |       |       |       |          |        |
| 229   | Рыба, тушеная в томате с овощами | 1/60  |       | 0,84  | 6,02  | 4,38     | 75     |
| 303   | Каша рисовая вязкая              | 1/100 |       | 9,75  | 4,95  | 3,8      | 105    |
| пр    | Хлеб пшеничный                   | 1/150 |       | 3,7   | 7,7   | 26       | 188    |
| пр    | Хлеб ржаной                      | 1/30  |       | 2,37  | 0,3   | 14,49    | 70,14  |
| 389   | сок фруктовый                    | 1/20  |       | 1,38  | 0,24  | 8,48     | 42,8   |
|       |                                  | 1/200 |       | 1     |       | 20,2     | 84,8   |
|       | Итого                            | 560   | 73,71 | 19,04 | 19,21 | 77,35    | 565,74 |

## МЕНЮ 1-4 классы обед (льготная категория)

| № п/п | Наименование блюда                   | Выход | цена  | Белки | Жиры  | Углеводы | Ккал   |
|-------|--------------------------------------|-------|-------|-------|-------|----------|--------|
| 70    | огурец консервированный              | 40    |       | 0,32  | 0,004 | 0,68     | 4      |
| 96    | Рассольник ленинградский со сметаной | 205   |       | 1,75  | 4,82  | 9,76     | 96,3   |
| 287   | Голубцы с мясом и рисом              | 85    |       | 4,91  | 4,12  | 8,23     | 89     |
| 128   | Картофельное пюре                    | 150   |       | 3,36  | 7,36  | 28       | 192    |
| пр    | Хлеб пшеничный                       | 60    |       | 4,74  | 0,6   | 28,98    | 140,28 |
| 349   | Компот из сухофруктов                | 200   |       | 0,66  | 0,09  | 32,04    | 132,8  |
| пр    | Хлеб ржаной                          | 30    |       | 1,38  | 0,24  | 8,48     | 42,8   |
| 338   | яблоко                               | 100   |       | 0,4   | 0,4   | 9,8      | 47     |
|       | Итого                                | 860   | 81,01 | 17,52 | 17,67 | 125,97   | 744,18 |

## МЕНЮ 5-11 классы завтрак (льготная категория)

| № п/п | Наименование блюда               | Выход | цена | Белки | Жиры  | Углеводы | Ккал   |
|-------|----------------------------------|-------|------|-------|-------|----------|--------|
| 67    | Овощи                            |       |      |       |       |          |        |
| 229   | Рыба, тушеная в томате с овощами | 60    |      | 0,84  | 6,02  | 4,38     | 75     |
| 303   | Каша рисовая вязкая              | 125   |      | 12,2  | 6,2   | 4,7      | 131,2  |
| пр    | Хлеб пшеничный                   | 180   |      | 3,24  | 9,36  | 31,2     | 226    |
| пр    | Хлеб ржаной                      | 60    |      | 4,74  | 0,6   | 28,98    | 140,28 |
| 389   | сок фруктовый                    | 30    |      | 2,07  | 0,36  | 12,72    | 64,2   |
|       |                                  | 200   |      | 1     |       | 20,2     | 84,8   |
|       | Итого                            | 530   | 90,7 | 18,62 | 22,54 | 102,18   | 721,48 |

## МЕНЮ 5-11 классы обед (льготная категория)

| № п/п | Наименование блюда                   | Выход | цена  | Белки | Жиры  | Углеводы | Ккал   |
|-------|--------------------------------------|-------|-------|-------|-------|----------|--------|
| 70    | огурец консервированный              | 60    |       | 0,48  | 0,06  | 1,02     | 6      |
| 96    | Рассольник ленинградский со сметаной | 310   |       | 2,62  | 7,2   | 14,5     | 144,7  |
| 287   | Голубцы с мясом и рисом              | 85    |       | 4,91  | 4,12  | 8,23     | 89     |
| 128   | Картофельное пюре                    | 180   |       | 4,03  | 8,8   | 33,6     | 230    |
| пр    | Хлеб пшеничный                       | 60    |       | 4,74  | 0,6   | 28,98    | 140,28 |
| 349   | Компот из сухофруктов                | 200   |       | 0,66  | 0,09  | 32,04    | 132,8  |
| пр    | Хлеб ржаной                          | 30    |       | 2,07  | 0,36  | 12,72    | 64,2   |
| 338   | яблоко                               | 100   |       | 0,4   | 0,4   | 9,8      | 47     |
|       | Итого                                | 653   | 95,59 | 14,38 | 21,63 | 90       | 853,98 |

Зав. Производством Мир Голабурда М.В.Медицинская сестра Гриш Дубикова Г.И.