

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Детское питание"

*Подпись*



Подулякова Т.А.

10 ноября 2022

СОГЛАСОВАНО

Директор Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области основная общеобразовательная школа с.Жигули муниципального района Ставропольский Самарской области



Исакова Е. В.

**Меню Жигули ОБЗ**

| Пищевая ценность |      |          |      | Наименование блюда | Выход |
|------------------|------|----------|------|--------------------|-------|
| Белки            | Жиры | Углеводы | ККал |                    |       |

| <u>Завтрак</u> |        |         |        |                                  |            |
|----------------|--------|---------|--------|----------------------------------|------------|
| 1              | 0,47   | 1,6     | 56     | Горошек зеленый консервированный | 020        |
| 8              | 9,46   | 7,59    | 153    | Люля-кебаб с соусом              | 090        |
| 5,365          | 4,265  | 38,347  | 203,79 | Макаронные изделия отварные      | 150        |
| 1              |        | 23,4    | 94     | Сок фруктовый                    | 200        |
| 3,8            | 0,4    | 24,3    | 119    | Хлеб пшеничный                   | 020        |
| 1,98           | 0,36   | 10,02   | 52,2   | Хлеб ржаной                      | 020        |
| 21,145         | 14,955 | 105,257 | 677,99 | <b>Итого</b>                     | <b>500</b> |

*всего фруктов - 100 гр*

| <u>Завтрак</u> |       |        |       |                                  |            |
|----------------|-------|--------|-------|----------------------------------|------------|
| 1,5            | 0,7   | 2,4    | 84    | Горошек зеленый консервированный | 030        |
| 8              | 9,46  | 7,59   | 153   | Люля-кебаб с соусом              | 100        |
| 6,44           | 5,12  | 46,01  | 245   | Макаронные изделия отварные      | 180        |
| 1              |       | 23,4   | 94    | Сок фруктовый                    | 200        |
| 3,8            | 0,4   | 24,3   | 119   | Хлеб пшеничный                   | 025        |
| 1,98           | 0,36  | 10,02  | 52,2  | Хлеб ржаной                      | 025        |
| 22,72          | 16,04 | 113,72 | 747,2 | <b>Итого</b>                     | <b>560</b> |

| <u>Обед</u> |       |        |         |   |            |
|-------------|-------|--------|---------|---|------------|
| 0,69        | 6,09  | 6,93   | 140     | Салат картофельный с огурцами             | 060        |
| 1,44        | 4,18  | 7,9    | 163     | Борщ с капустой и картофелем, со сметаной | 210        |
| 11,77       | 17,84 | 18,13  | 285     | ЁЖИКИ в соусе                             | 090        |
| 8,46        | 14,61 | 41,39  | 333     | Каша гречневая рассыпчатая                | 150        |
| 0,8         |       | 26,97  | 107     | Напиток из шиповника                      | 180        |
| 3,8         | 0,4   | 24,3   | 119     | Хлеб пшеничный                            | 020        |
| 1,98        | 0,36  | 10,02  | 52,2    | Хлеб ржаной                               | 020        |
| 28,94       | 43,48 | 135,64 | 1 199,2 | <b>Итого</b>                              | <b>730</b> |

*ОБЗ - сок - 100 гр*

| <u>Обед</u> |       |        |         |   |            |
|-------------|-------|--------|---------|---|------------|
| 0,69        | 6,09  | 6,93   | 140     | Салат картофельный с огурцами             | 100        |
| 2,22        | 6,53  | 14,56  | 117     | Борщ с капустой и картофелем, со сметаной | 260        |
| 11,77       | 17,84 | 18,13  | 285     | ЁЖИКИ в соусе                             | 100        |
| 9,25        | 6,46  | 49,56  | 279     | Каша гречневая рассыпчатая                | 180        |
| 0,8         |       | 26,97  | 107     | Напиток из шиповника                      | 180        |
| 2,37        | 0,3   | 14,49  | 70,5    | Хлеб пшеничный                            | 030        |
| 1,98        | 0,36  | 10,02  | 52,2    | Хлеб ржаной                               | 030        |
| 29,08       | 37,58 | 140,66 | 1 050,7 | <b>Итого</b>                              | <b>880</b> |

Стоимость комплекса (руб.): 149.30

Технолог ООО "Детское питание"

*Подпись*

/Подрезова Е.В./