

Утверждаю:

ИП Семаковская В.Я. _____



Согласовано:
Директор МАОУ
Бизинская СОШ
А.С.Шиндина



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА

МЕНЮ

на 16 сентября 2026 г.

№ рецептуры	Наименование блюд	Выход массы порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность ккал.	Цена блюда
Экспресс - завтрак							
табл.25	Кондитерское изделие	50	7	9	55	339	37,00
685	Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,2	60,00	3,10
	Итого за прием пищи					399	40,10
Горячий завтрак							
106	Сыр порция	15	1,7	1	1,8	35,00	15,84
54-12м	Плов с курицей	250	27,3	8,1	33,2	314,6	73,83
493	Чай Витаминный	200	0,7	0,1	19,8	82,9	12,20
табл 25	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,4	0,7	16,2	83,2	3,96
табл 25	Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,87
	Итого за прием пищи					557,00	107,70
Обед							
110	Салат овощной	80	1,8	4	7,3	72,40	13,04
150	Суп картофельный с рыбой	250/30	5,7	6,3	19,1	155,90	44,62
345	Биточки мясные	90	8,1	11,8	14,3	195,80	36,18
534	Капуста тушеная	150	3,1	3,9	12,4	97,10	27,50
705	Напиток из плодов шиповника	200	0,2	0	22,2	89,80	11,23
табл 25	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,4	0,7	16,2	83,20	3,96
табл 25	Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,30	1,87
	Итого за прием пищи					735,50	138,40