Утверждаю:
ИП Семаковская В.Я _____



Согласовано:
Директор МАОУ
Бизинская СОШ
А.С.Шиндина _____

***ПРИЯТНОГО АППЕТИТА***

***МЕНЮ***

**на 18 ноября 2026 г.**

| № рецептуры | Наименование блюд | Выход масссы 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** |
| | | | | | | | |

Повар _____
Зав.хозяйством _____