



Утверждаю
начальник ЛДП
при МБОУ СОШ № 1
с. Чекмагуш
Юсупова А.Ф.

МЕНЮ на 09.06.2023 г.

9 день

Стоимость рациона питания составляет 140 рублей в день на одного ребенка.

№ рецеп- туры	Наименование блюда	Выход в гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энерге- тическая ценность, ккал
	9 день завтрак					
109	Каша овсяная из «Геркулеса» жидкая	205	6,33	8,90	25,49	207,38
269	Какао с молоком	200	3,77	3,93	25,95	153,92
	Хлеб	40	2,6	0,4	19,3	92
	Яблоко	150- 200	0,6	0	14	65
	итого		10	13	84,74	635,3
	обед					
56	Суп лапша домашняя	250	2,45	4,89	13,91	109,38
	Помидоры порционные	60	0,36	-	2,52	12,35
	Котлеты куриные	60	9,65	12,92	61	74,48
224	Рис отварной	100	2,59	3,39	26,85	150,12
300	Чай	200	0,12	-	12,04	48,64
	Конфеты желейные	23,51	0,2	2	18,8	92,86
	Хлеб	60	4,6	0,6	29	138
	итого		20	23	164,12	625,83
	всего		30	33	249	1261,13

Старший повар:  Юсупова А.Ф.