

Утверждаю:

Директор МКОК ООШ д. Цепели

Орловского р-на Кировской обл.

\_\_\_\_\_ С.Н. Червоткин

## Меню на 13 января 2025 года

| № Тех.<br>карты | Наименования блюд                             | Выход в гр. |            | (ККАЛ)        |               |
|-----------------|-----------------------------------------------|-------------|------------|---------------|---------------|
|                 |                                               | Млад.гр     | Стар.гр    | Млад.гр       | Стар.гр       |
|                 | <b>Завтрак</b>                                |             |            |               |               |
| 6\4             | Каша овсяная                                  | 150         | 200        | 164,2         | 219           |
| 1/13            | Бутерброд с маслом сл                         | 40/5        | 50/5       | 135,5         | 165,5         |
| 14/10           | Какао с молоком                               | 150         | 200        | 101,2         | 135           |
|                 | <b>И ТОГО:</b>                                | 345         | 455        | 400,9         | 519,5         |
|                 | <b>Второй завтрак</b>                         |             |            |               |               |
|                 | Сок яблочный                                  | 150         | 150        | 70,4          | 70,4          |
|                 | <b>И ТОГО:</b>                                | <b>150</b>  | <b>150</b> | <b>70,4</b>   | <b>70,4</b>   |
|                 | <b>Обед</b>                                   |             |            |               |               |
| 27/1            | Салат из отв. картофеля и<br>кукурузы с р. м. | 30          | 60         | 36            | 72            |
| 30/2            | Уха рыбацкая                                  | 150         | 200        | 87            | 65,2          |
| 20/8            | Тефтели с мясом                               | 60          | 80         | 122,2         | 163           |
| 43/3            | Рожки отварные                                | 110         | 130        | 137,8         | 162,9         |
|                 | Соус красный                                  | 20          | 20         | 14            | 14            |
| 6/10            | Компот из с/фруктов                           | 100         | 150        | 36            | 54            |
|                 | Хлеб ржаной                                   | 30          | 37         | 66,6          | 83,3          |
|                 | <b>И ТОГО:</b>                                | <b>500</b>  | <b>677</b> | <b>499,6</b>  | <b>614,4</b>  |
|                 | <b>Полдник</b>                                |             |            |               |               |
| 29/1            | Винегрет                                      | 100         | 120        | 131,6         | 157,9         |
|                 | Хлеб пшеничный                                | 30          | 30         | 72            | 72            |
| 10/10           | Чай                                           | 150         | 200        | 26,2          | 35            |
|                 | <b>И ТОГО:</b>                                | <b>280</b>  | <b>350</b> | <b>229,8</b>  | <b>264,9</b>  |
|                 |                                               |             |            | <b>1200,7</b> | <b>1469,2</b> |

Медсестра: \_\_\_\_\_/Рыбкина Е.Г./

Повар: \_\_\_\_\_/Молодцова В.И./