

Директор \_\_\_\_\_

Меню №МПОБ-003766  
на 4 октября 2023 г.

МБОУ СШ №68 ГОРОДА ЛИПЕЦКА Многодетные, Опека завтрак 1 неделя 3 день (среда)

| Прием пищи     | № рецепта | Раздел      | Блюдо                                                 | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки  | Жиры   | Углеводы |
|----------------|-----------|-------------|-------------------------------------------------------|----------|------|--------------|--------|--------|----------|
| Завтрак (1нЗд) |           |             |                                                       |          |      |              |        |        |          |
| Завтрак (1нЗд) | 152       | 2 блюдо     | Плов (свинина) 35/150                                 | 35/150   |      | 453,565      | 10,420 | 26,866 | 42,524   |
| Завтрак (1нЗд) | 225       | Закуска     | Салат из свеклы с зел горошком 50                     | 50       |      | 71,730       | 1,021  | 5,104  | 5,428    |
| Завтрак (1нЗд) | 138       | Хлеб черный | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами 32,5 | 32,5     |      | 90,291       | 3,521  | 1,495  | 15,688   |
| Завтрак (1нЗд) | 142       | Напиток     | Чай с лимоном и сахаром 200/15/7                      | 200/15/7 |      | 61,763       | 0,044  | 0,012  | 15,370   |

Директор \_\_\_\_\_





Утверждаю

Директор

Меню №МПОБ-003766  
на 4 октября 2023 г.



МБОУ СШ №68 ГОРОДА ЛИПЕЦКА Многодетные, Опека обед 1 неделя 3 день (среда)

| Прием пищи  | № рецепта | Раздел      | Блюдо                                                 | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки  | Жиры   | Углеводы |
|-------------|-----------|-------------|-------------------------------------------------------|----------|------|--------------|--------|--------|----------|
| Обед (1н3д) |           |             |                                                       |          |      |              |        |        |          |
| Обед (1н3д) | 152       | 2 блюдо     | Плов (свинина) 35/150                                 | 35/150   |      | 453,565      | 10,420 | 26,866 | 42,524   |
| Обед (1н3д) | 154       | 1 блюдо     | Суп вермишелевый с зеленью 200/1                      | 200/1    |      | 110,187      | 2,703  | 4,284  | 15,205   |
| Обед (1н3д) | 138       | Хлеб черный | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами 32,5 | 32,5     |      | 90,291       | 3,521  | 1,495  | 15,688   |
| Обед (1н3д) | 142       | Напиток     | Чай с лимоном и сахаром 200/15/7                      | 200/15/7 |      | 61,763       | 0,044  | 0,012  | 15,370   |

Директор

*Минина О.Ю.*





Утверждаю

Директор

Меню №МПОБ-003766  
на 4 октября 2023 г.



МБОУ СШ №68 ГОРОДА ЛИПЕЦКА Начальная школа завтрак 1 неделя 3 день (среда)

| Прием пищи     | № рецепта | Раздел      | Блюдо                                               | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки  | Жиры   | Углеводы |
|----------------|-----------|-------------|-----------------------------------------------------|----------|------|--------------|--------|--------|----------|
| Завтрак (1нЗд) |           |             |                                                     |          |      |              |        |        |          |
| Завтрак (1нЗд) | 82        | Сладкое     | Печенье 30                                          | 30       |      | 145,171      | 2,861  | 4,883  | 22,445   |
| Завтрак (1нЗд) | 152       | 2 блюдо     | Плов (свинина) 35/150                               | 35/150   |      | 453,565      | 10,420 | 26,866 | 42,524   |
| Завтрак (1нЗд) | 226       | Гарнир      | Салат из свеклы с зел горошком 60                   | 60       |      | 76,869       | 1,213  | 5,124  | 6,476    |
| Завтрак (1нЗд) | 136       | Хлеб черныш | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронуентами 32,5 | 32,5     |      | 90,291       | 3,521  | 1,495  | 15,688   |
| Завтрак (1нЗд) | 142       | Напиток     | Чай с лимоном и сахаром 200/15/7                    | 200/15/7 |      | 61,763       | 0,044  | 0,012  | 15,370   |

Директор



*Минина О.О.*



Утверждаю

Директор



Меню №МПОБ-003766  
на 4 октября 2023 г.

МБОУ СШ №68 ГОРОДА ЛИПЕЦКА Начальная школа обед 1 неделя 3 день (среда)

| Прием пищи  | № рецепта | Раздел      | Блюдо                                                 | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки  | Жиры   | Углеводы |
|-------------|-----------|-------------|-------------------------------------------------------|----------|------|--------------|--------|--------|----------|
| Обед (1н3д) |           |             |                                                       |          |      |              |        |        |          |
| Обед (1н3д) | 82        | Сладкое     | Печенье 30                                            | 30       |      | 145,171      | 2,861  | 4,883  | 22,445   |
| Обед (1н3д) | 152       | 2 блюдо     | Плов (свинина) 35/150                                 | 35/150   |      | 453,565      | 10,420 | 26,866 | 42,524   |
| Обед (1н3д) | 154       | 1 блюдо     | Суп вермишелевый с зеленью 200/1                      | 200/1    |      | 110,187      | 2,703  | 4,284  | 15,205   |
| Обед (1н3д) | 138       | Хлеб черный | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами 32,5 | 32,5     |      | 90,291       | 3,521  | 1,495  | 15,688   |
| Обед (1н3д) | 142       | Напиток     | Чай с лимоном и сахаром 200/15/7                      | 200/15/7 |      | 61,763       | 0,044  | 0,012  | 15,370   |

Директор



*Мещина 0.10*



Директор

Меню №МПОБ-003766  
на 4 октября 2023 г.



МБОУ СШ №68 ГОРОДА ЛИПЕЦКА ОВЗ младшие 1 неделя 3 день (среда)

| Прием пищи     | № рецепта | Раздел      | Блюдо                                                 | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки  | Жиры   | Углеводы |
|----------------|-----------|-------------|-------------------------------------------------------|----------|------|--------------|--------|--------|----------|
| Завтрак (1нЗд) |           |             |                                                       |          |      |              |        |        |          |
| Завтрак (1нЗд) | 189       | Каша        | Каша молочная кукурузная 150/5                        | 150/5    |      | 228,545      | 5,348  | 6,188  | 37,865   |
| Завтрак (1нЗд) | 82        | Сладкое     | Печенье 30                                            | 30       |      | 145,171      | 2,861  | 4,883  | 22,445   |
| Завтрак (1нЗд) | 142       | Напиток     | Чай с лимоном и сахаром 200/15/7                      | 200/15/7 |      | 61,763       | 0,044  | 0,012  | 15,370   |
| Обед (1нЗд)    |           |             |                                                       |          |      |              |        |        |          |
| Обед (1нЗд)    | 149       | Хлеб белый  | Батон нарезной с йодказеином 18                       | 18       |      | 48,600       | 1,638  | 0,216  | 10,026   |
| Обед (1нЗд)    | 68        | Напиток     | Компот из изюма 200                                   | 200      |      | 87,918       | 0,396  | 0,030  | 21,516   |
| Обед (1нЗд)    | 152       | 2 блюдо     | Плов (свинина) 35/150                                 | 35/150   |      | 453,565      | 10,420 | 26,866 | 42,524   |
| Обед (1нЗд)    | 225       | Закуска     | Салат из свеклы с зел горошком 50                     | 50       |      | 71,730       | 1,021  | 5,104  | 5,428    |
| Обед (1нЗд)    | 154       | 1 блюдо     | Суп вермишелевый с зеленью 200/1                      | 200/1    |      | 110,187      | 2,703  | 4,284  | 15,205   |
| Обед (1нЗд)    | 138       | Хлеб черный | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами 32,5 | 32,5     |      | 90,291       | 3,521  | 1,495  | 15,688   |
| Обед (1нЗд)    | 174       | Фрукт       | Яблоки 100                                            | 100      |      | 53,290       | 0,270  | 0,130  | 12,760   |

Директор



Мещеряков О. В.



Директор

Меню №МПОБ-003766  
на 4 октября 2023 г.



МБОУ СШ №68 ГОРОДА ЛИПЕЦКА ОВЗ старшие 1 неделя 3 день (среда)

| Прием пищи     | № рецепта | Раздел      | Блюдо                                              | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки  | Жиры   | Углеводы |
|----------------|-----------|-------------|----------------------------------------------------|----------|------|--------------|--------|--------|----------|
| Завтрак (1нЗд) |           |             |                                                    |          |      |              |        |        |          |
| Завтрак (1нЗд) | 227       | Каша        | Каша молочная кукурузная 200/5                     | 200/5    |      | 246,681      | 5,731  | 6,276  | 41,820   |
| Завтрак (1нЗд) | 82        | Сладкое     | Печенье 30                                         | 30       |      | 145,171      | 2,861  | 4,883  | 22,445   |
| Завтрак (1нЗд) | 142       | Напиток     | Чай с лимоном и сахаром 200/15/7                   | 200/15/7 |      | 61,763       | 0,044  | 0,012  | 15,370   |
| Обед (1нЗд)    |           |             |                                                    |          |      |              |        |        |          |
| Обед (1нЗд)    | 149       | Хлеб белый  | Батон нарезной с йодказеином 18                    | 18       |      | 48,600       | 1,638  | 0,216  | 10,026   |
| Обед (1нЗд)    | 68        | Напиток     | Компот из изюма 200                                | 200      |      | 87,918       | 0,396  | 0,030  | 21,516   |
| Обед (1нЗд)    | 88        | 2 блюдо     | Плов (свинина) 50/150                              | 50/150   |      | 544,901      | 12,849 | 36,166 | 42,004   |
| Обед (1нЗд)    | 228       | Закуска     | Салат из свеклы с зел горошком 100                 | 100      |      | 143,979      | 2,074  | 10,211 | 10,948   |
| Обед (1нЗд)    | 129       | 1 блюдо     | Суп с макаронными изделиями 250                    | 250      |      | 157,139      | 4,136  | 5,401  | 22,997   |
| Обед (1нЗд)    | 138       | Хлеб черныи | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроуэнтами 32,5 | 32,5     |      | 90,291       | 3,521  | 1,495  | 15,688   |
| Обед (1нЗд)    | 174       | Фрукт       | Яблоки 100                                         | 100      |      | 53,290       | 0,270  | 0,130  | 12,760   |

Директор



*Мишина О. Ю.*



Утверждаю

Директор

Меню №МПОБ-003766  
на 4 октября 2023 г.



МБОУ СШ №68 ГОРОДА ЛИПЕЦКА СВО 1 неделя 3 день (среда)

| Прием пищи     | № рецепта | Раздел        | Блюдо                                               | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки  | Жиры   | Углеводы |
|----------------|-----------|---------------|-----------------------------------------------------|----------|------|--------------|--------|--------|----------|
| Завтрак (1нЗд) |           |               |                                                     |          |      |              |        |        |          |
| Завтрак (1нЗд) | 149       | Хлеб белый    | Батон нарезной с йодказеином 18                     | 18       |      | 48,600       | 1,638  | 0,216  | 10,026   |
| Завтрак (1нЗд) | 189       | Каша          | Каша молочная кукурузная 150/5                      | 150/5    |      | 228,545      | 5,348  | 6,188  | 37,865   |
| Завтрак (1нЗд) | 142       | Напиток       | Чай с лимоном и сахаром 200/15/7                    | 200/15/7 |      | 61,763       | 0,044  | 0,012  | 15,370   |
| Обед (1нЗд)    |           |               |                                                     |          |      |              |        |        |          |
| Обед (1нЗд)    | 68        | Напиток       | Компот из изюма 200                                 | 200      |      | 87,918       | 0,396  | 0,030  | 21,516   |
| Обед (1нЗд)    | 152       | 2 блюдо       | Плов (свинина) 35/150                               | 35/150   |      | 453,565      | 10,420 | 26,866 | 42,524   |
| Обед (1нЗд)    | 225       | Закуска       | Салат из свеклы с зел горошком 50                   | 50       |      | 71,730       | 1,021  | 5,104  | 5,428    |
| Обед (1нЗд)    | 164       | 1 блюдо       | Суп вермишелевый с зеленью 200/1                    | 200/1    |      | 110,187      | 2,703  | 4,284  | 15,205   |
| Обед (1нЗд)    | 138       | Хлеб чернущий | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронуентами 32,5 | 32,5     |      | 90,291       | 3,521  | 1,495  | 15,688   |

Директор



*Минина О.Ю.*



Утверждаю

Директор

Меню №МПОБ-003766  
на 4 октября 2023 г.



МБОУ СШ №68 ГОРОДА ЛИПЕЦКА Ст школа завтрак с допл 1 неделя 3 день (среда)

| Прием пищи     | № рецепта | Раздел      | Блюдо                                                | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки  | Жиры   | Углеводы |
|----------------|-----------|-------------|------------------------------------------------------|----------|------|--------------|--------|--------|----------|
| Завтрак (1н3д) |           |             |                                                      |          |      |              |        |        |          |
| Завтрак (1н3д) | 82        | Сладкое     | Печенье 30                                           | 30       |      | 145,171      | 2,861  | 4,883  | 22,445   |
| Завтрак (1н3д) | 152       | 2 блюдо     | Плов (свинина) 35/150                                | 35/150   |      | 453,565      | 10,420 | 26,866 | 42,524   |
| Завтрак (1н3д) | 226       | Закуска     | Салат из свеклы с зел горошком 60                    | 60       |      | 76,869       | 1,213  | 5,124  | 6,476    |
| Завтрак (1н3д) | 138       | Хлеб черный | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутентами 32,5 | 32,5     |      | 90,291       | 3,521  | 1,495  | 15,688   |
| Завтрак (1н3д) | 142       | Напиток     | Чай с лимоном и сахаром 200/15/7                     | 200/15/7 |      | 61,763       | 0,044  | 0,012  | 15,370   |

Директор



*Минина О.Ю.*



Утверждаю

Директор

Меню №МПОБ-003766  
на 4 октября 2023 г.



МБОУ СШ №68 ГОРОДА ЛИПЕЦКА Ст школа обед с допл 1 неделя 3 день (среда)

| Прием пищи  | № рецепта | Раздел      | Блюдо                                              | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки  | Жиры   | Углеводы |
|-------------|-----------|-------------|----------------------------------------------------|----------|------|--------------|--------|--------|----------|
| Обед (1н3д) |           |             |                                                    |          |      |              |        |        |          |
| Обед (1н3д) | 82        | Сладкое     | Печенье 30                                         | 30       |      | 145,171      | 2,861  | 4,883  | 22,445   |
| Обед (1н3д) | 152       | 2 блюдо     | Плов (свинина) 35/150                              | 35/150   |      | 453,565      | 10,420 | 26,866 | 42,524   |
| Обед (1н3д) | 154       | 1 блюдо     | Суп вермишелевый с зеленью 200/1                   | 200/1    |      | 110,187      | 2,703  | 4,284  | 15,205   |
| Обед (1н3д) | 138       | Хлеб черный | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроуэнтами 32,5 | 32,5     |      | 90,291       | 3,521  | 1,495  | 15,688   |
| Обед (1н3д) | 142       | Напиток     | Чай с лимоном и сахаром 200/15/7                   | 200/15/7 |      | 61,763       | 0,044  | 0,012  | 15,370   |

Директор



*Мещина О.Ю.*



Утверждаю

Директор



Меню №МПОБ-003766  
на 4 октября 2023 г.

МБОУ СШ №68 ГОРОДА ЛИПЕЦКА Экспресс-Завтрак 1 неделя 3 день (среда)

| Прием пищи     | № рецепта | Раздел  | Блюдо                            | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|----------------|-----------|---------|----------------------------------|----------|------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак (1н3д) |           |         |                                  |          |      |              |       |       |          |
| Завтрак (1н3д) | 142       | Сладкое | Печенье 30                       | 30       |      | 145,171      | 2,861 | 4,883 | 22,445   |
| Завтрак (1н3д) | 142       | Напиток | Чай с лимоном и сахаром 200/15/7 | 200/15/7 |      | 61,763       | 0,044 | 0,012 | 15,370   |

Директор



*Мискина О.Ю.*