

**СОГЛАСОВАНО**

Директор

МАОУ "Юридическая гимназия №  
9 имени М.М. Сперанского"



Е.А. Гаджиева

**УТВЕРЖДАЮ:**

Директор

МУП "Столовая №1  
г. Ростова-на-Дону"



Л.А. Губарева

**Примерное 2-х недельное меню МУП "Столовая №1 г. Ростова-на-Дону" на горячее питание для учащихся с 1 по 4 класс, завтрак стоимостью 76 руб. 45 коп., обед 107 руб. 03 коп. для муниципальных общеобразовательных школ Октябрьского и Железнодорожного районов**

2023 год

<b>День/неделя: Понедельник-1</b>											
№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
			Б	Ж	У		В1	В2	С	Са	Р
<b>Завтрак</b>											
120М	Суп молочный с макаронными изделиями	200	4,38	3,80	14,36	120,00	0,11	0,15	0,66	110,40	164,10
14М	Масло порциями	10	0,08	6,25	0,13	66,09		0,01	0,41	2,40	3,00
15М	Сыр порционный	15	4,00	3,90	0,00	54,00	0,01	0,09	0,10	82,00	75,00
209М	Яйцо отварное	40	5,08	4,60	0,28	63,00	0,03	0,03		22,00	76,80
338М	Фрукты по сезону	100	0,40	0,20	9,80	47,00	0,04	0,05	10,00	16,00	11,00
376М	Чай с сахаром	215	0,07	0,02	15,00	60,00			0,03	11,10	2,80
	Батон "Домашний"	40	3,20	0,79	29,68	104,00	0,06		0,80	18,04	26,00
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>620</b>	<b>17,21</b>	<b>19,56</b>	<b>69,25</b>	<b>514,09</b>	<b>0,25</b>	<b>0,33</b>	<b>12,00</b>	<b>261,94</b>	<b>358,70</b>
<b>Обед</b>											
	Закуска из овощей по сезону	60	0,66	0,12	2,28	14,40	0,04	0,10	11,00	12,20	15,60
82М	Борщ из свежей капусты со сметаной	200	1,44	6,94	8,55	83,00	0,04	0,08	7,54	51,00	135,95
268М	Котлеты, биточки, шницели	90	11,30	11,27	0,11	147,38	0,05	0,10	0,20	38,56	112,17
302М	Каша гречневая рассыпчатая	150	5,91	6,09	38,64	247,80	0,14	0,15		98,80	243,75
342, 349М	Компот плодово-ягодный	200	0,16	0,16	27,80	114,60	0,01	0,01	0,90	91,00	4,40
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	7,93	39,60	0,03		0,00	5,80	30,00
	Батон "Домашний"	40	3,20	0,79	29,68	104,00	0,06		0,80	38,04	26,00
	<b>Итого за Обед</b>	<b>760</b>	<b>24,00</b>	<b>25,61</b>	<b>114,99</b>	<b>750,78</b>	<b>0,37</b>	<b>0,44</b>	<b>20,44</b>	<b>335,40</b>	<b>567,87</b>
	<b>Всего за Понедельник-1</b>	<b>1380</b>	<b>41,20</b>	<b>45,17</b>	<b>184,24</b>	<b>1264,87</b>	<b>0,61</b>	<b>0,76</b>	<b>32,44</b>	<b>597,34</b>	<b>926,57</b>
<b>День/неделя: Вторник-1</b>											
<b>Завтрак</b>											