

Утверждаю.
 Директор МБОУ «Тарханская СОШ»
 В.В.Осипов



МЕНЮ

Столовая МБОУ «Тарханская СОШ»

« 4 » марта 2022г.

Возрастная категория 5-11 лет

Наименование блюд	номер по СР	Выход (г)	Цена	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	ККал
Завтрак.							
1.							
2.							
3.							
4.							
5.							
Обед							
Салат из свеклы отварной	52	60	4,61	0,76	9,04	4,59	103,00
Суп картофельный с мясом и морк.	140	200	19,91	2,26	4,3	16,68	117
Мясное пюре	492	150	21,20	20,27	6,74	28,08	256
Компот из с/ер	639	200	4,12	9,44	0	28,88	116
Хлеб ржаной		60	1,8	2,82	9,60	9,60	126,00
ИТОГО			51,64	26,55	20,68	78,83	718,0

Возрастная категория: с 12 лет

Наименование блюд	номер по СР	Выход (г)	Цена	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	ККал
Завтрак.							
1. Яичница отварная	302	200/5	9,53	7,73	9,65	30,00	248,18
2. Макароны с соусом	892	200	6,50	2,50	3,60	28,70	152,00
3. Хлеб пшеничный		50	1,5	3,80	9,40	24,30	119,00
4. Пюре картофельное с повидлом	9	40	5,30	1,20	4,30	22,00	132,00
5.							
Итого			22,83	15,23	17,95	105,0	651,18
Обед							
Салат из свеклы	52	100	5,0	1,27	19,06	7,65	171,00
Суп картофельный с мясом и морк.	140	250/5	22,92	2,84	5,37	20,84	146
Мясное пюре	492	200	27,60	26,96	8,96	37,35	340,48
Компот из с/ер	639	200	4,12	9,44	9,00	28,88	116,00
Хлеб ржаной		60	1,8	2,82	9,60	9,60	126,00
ИТОГО			61,44	34,33	29,99	95,32	899,48

Повар

Е.Н. Филиппова

Филиппова Е.Н.