



МЕНЮ

Столовая МБОУ «Тарханская СОШ»

« 11 » марта 2022г.

Возрастная категория 5-11 лет

Наименование блюд	номер по СР	Выход (г)	Цена	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углево ды	ККал
Завтрак.							
1.							
2.							
3.							
4.							
5.							
Обед							
Овощи салат порционный		80	5,28	0,48	0,06	0,90	8
Суп картофельный с мясом 140*		200	19,91	2,26	4,3	16,68	117,00
Мясное по-домашнему 436*		150	18,35	18,96	15,11	13,09	252,85
Компот из е/ор 639*		200	4,12	0,44	0	28,88	116,00
Чай ржаной		60	1,8	2,82	0,60	0,60	126,00
Компот		20	5,2				
ИТОГО			55,16	22,96	20,07	62,21	619,85

Возрастная категория: с 12 лет

Наименование блюд	номер по СР	Выход (г)	Цена	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углево ды	ККал
Завтрак.							
1. Суп порционный	94*	70	5,5	4,60	5,80	0,00	42,00
2. Каша манная с маслом 200/5		200/5	9,74	2,40	13,95	31,96	204,00
3. Чай в пакетиках 636**		200	3,54	0,26	0,06	15,22	59,00
4. Чай зеленый		50	1,50	3,80	0,40	24,30	119,00
5.							
Итого			20,28	16,06	20,21	51,48	534
Обед							
Овощи салат порционный		80	5,28	0,80	0,10	1,60	13,86
Суп картофельный с мясом 140*		200/5	22,92	2,84	5,37	20,84	146
Мясное по-домашнему 436*		200	24,42	17,85	23,33	21,68	301,52
Компот из е/ор 639*		200	4,12	0,44	0,00	28,88	116,00
Чай ржаной		60	1,8	2,82	0,60	0,60	126,00
Компот		20	5,2				
ИТОГО			84,02	24,35	104,45	73,6	

Повар

Е.Н. Филиппова

Филиппова Е.Н.