

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



МЕНЮ

Столовая МБОУ «Тарханская СОШ»

« 19 » *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							
<i>Всмятены</i>	<i>71*</i>	<i>60</i>	<i>10,00</i>	<i>0,82</i>	<i>6,07</i>	<i>4,52</i>	<i>76</i>
<i>Суп картофельный рыбный</i>	<i>133*</i>	<i>200/12,5</i>	<i>7,88</i>	<i>4,57</i>	<i>2,8</i>	<i>15,3</i>	<i>107</i>
<i>Мясные рюб. соевые</i>	<i>462*</i>	<i>60/60/40</i>	<i>22,96</i>	<i>8,56</i>	<i>14,11</i>	<i>90,7</i>	<i>197</i>
<i>Тис отварной</i>	<i>511*</i>	<i>100</i>	<i>7,33</i>	<i>3,31</i>	<i>6,11</i>	<i>38,61</i>	<i>228</i>
<i>Чай с сахаром</i>	<i>685*</i>	<i>200</i>	<i>2,70</i>	<i>0,20</i>	<i>0,05</i>	<i>15,01</i>	<i>57,00</i>
<i>Хлеб ржаной</i>		<i>60</i>	<i>7,8</i>	<i>2,82</i>	<i>0,6</i>	<i>9,6</i>	<i>126</i>
<i>Макарон</i>		<i>60</i>	<i>11,36</i>	<i>0,48</i>	<i>0,18</i>	<i>4,86</i>	<i>24</i>
ИТОГО			<i>64,03</i>	<i>21,28</i>	<i>29,87</i>	<i>87,97</i>	<i>815,00</i>

Возрастная категория: с 12 лет

Наименование блюд	номер по СР	Выход (г)	Цена	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углево ды	ККал
Завтрак.							
1.							
2.							
3.							
4.							
5.							
Обед							
<i>Всмятены</i>	<i>71*</i>	<i>60</i>	<i>10,00</i>	<i>0,82</i>	<i>6,07</i>	<i>4,52</i>	<i>76</i>
<i>Суп картофельный рыбный</i>	<i>133*</i>	<i>250/12</i>	<i>11,63</i>	<i>5,16</i>	<i>3,39</i>	<i>20,07</i>	<i>134,00</i>
<i>Мясные рюб. соевые</i>	<i>462*</i>	<i>100/60/40</i>	<i>25,87</i>	<i>8,82</i>	<i>15,07</i>	<i>100,1</i>	<i>219</i>
<i>Тис отварной</i>	<i>511*</i>	<i>100</i>	<i>8,02</i>	<i>4,58</i>	<i>7,33</i>	<i>46,33</i>	<i>275,00</i>
<i>Чай с сахаром</i>	<i>685*</i>	<i>200</i>	<i>2,70</i>	<i>0,20</i>	<i>0,05</i>	<i>15,01</i>	<i>57,00</i>
<i>Хлеб ржаной</i>		<i>60</i>	<i>7,8</i>	<i>2,82</i>	<i>0,6</i>	<i>9,6</i>	<i>126</i>
<i>Макарон</i>			<i>7,8</i>	<i>?</i>			
ИТОГО			<i>67,82</i>	<i>22,4</i>	<i>87,14</i>	<i>96,54</i>	<i>879,0</i>

Повар

Е.Н.

Филиппова Е.Н.