



МЕНЮ

Столовая МБОУ «Тарханская СОШ»

« 17 » марта 2022г.

Возрастная категория 5-11 лет

Наименование блюд	номер по СР	Выход (г)	Цена	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углево ды	ККал
<b>Завтрак.</b>							
1.							
2.							
3.							
4.							
5.							
<b>Обед</b>							
Омлет свежий порционный		30	5,55	0,48	0,12	3,12	12
Суп картофельный со сметаной 134*		200/15	16,95	1,51	3,22	9,24	106
Котлеты рубленые мясные 498*		90 (50/40)	11,08	11,1	8,5	2,78	171
Каша гречневая 508*		150	9,69	8,76	6,62	49,08	271
Каша пшеничная 538*		200	5,79	0,36	0	33,16	128
Хлеб пшеничный		60	1,8	2,82	0,6	0,6	12,6
Макарон		40	8,0	5,0	25,0	65	214
<b>ИТОГО</b>			<b>58,86</b>	<b>30,03</b>	<b>44,16</b>	<b>156,96</b>	<b>1028,0</b>

Возрастная категория: с 12 лет

Наименование блюд	номер по СР	Выход (г)	Цена	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углево ды	ККал
<b>Завтрак.</b>							
1. Суп порционный		97*	5,5	3,45	4,35	0,00	54,00
2. Каша манная молочная 302*		200/15	9,74	19,59	14,40	26,24	280,18
3. Чай с фруктовым соком 79*		200	5,19	0,34	0,02	24,53	95,00
4. Хлеб пшеничный		50	1,5	3,80	0,40	24,30	119,00
5. Уксус			21,90	27,18	19,17	75,07	556,18
<b>Обед</b>							
Омлет свежий порционный		30	5,55	0,48	0,12	3,12	12
Суп картофельный со сметаной 134*		250/15	18,91	2,99	4,97	11,52	121,00
Котлеты рубленые мясные 498*		100 (60/40)	14,56	10,09	8,30	13,95	191,00
Каша пшеничная 538*		200	5,79	0,36	0,00	33,16	128,00
Хлеб пшеничный		60	1,8	2,82	0,60	0,60	12,60
Каша гречневая 508*		180	10,44	10,51	7,94	51,70	325,00
<b>ИТОГО</b>			<b>56,82</b>	<b>24,25</b>	<b>22,93</b>		<b>1016,46</b>

Повар

*Е.Н. Филиппова*

Филиппова Е.Н.