

Утверждаю
 Директор _____ Рябов А.И.
 МБОУ «Атратская СОШ»
 Алатырский района, Чувашская Республика

МЕНЮ на 15 апреля 2022 года (весенне-летний период)

для учащихся с 7 лет до 11 лет

№ Рец.	Наименование блюда	Масса порции в граммах	Пищевые вещества (в граммах)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Третий день						
Обед:						
19	Салат из свежих помидор	60	0,7	6,0	3,7	69,9
142	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	200	1,7	2,2	14,2	82,1
487	Курица отварная	100	33,3	17,2	0,5	290,2
511	Рис отварной	150	6,1	6,6	35,6	226,8
648	Кисель из концентрата	200	0,1	0,0	32,1	125,7
397	Фрикадельки рыбные	25	4,6	4,0	2,3	42,4
	Хлеб ржано-пшеничный	90	6,5	2,0	38,6	185,4
	Итого:	825				1022,5

для учащихся с 12 лет до 18 лет

Обед:						
19	Салат из свежих помидор	80	0,9	8,1	5,0	93,2
142	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	200	1,7	2,2	14,2	82,1
487	Курица отварная	155	51,6	26,6	0,8	449,9
511	Рис отварной	150	6,1	6,6	35,6	226,8
648	Кисель из концентрата	200	0,1	0,0	32,1	125,7
397	Фрикадельки рыбные	25	4,6	4,0	2,3	42,4
	Хлеб ржано-пшеничный	130	9,4	2,8	55,4	266,8
	Итого:	940				1286,8