

Утверждаю  
 Директор МБОУ «Балдаевская СОШ»

Т.Н.Андрева

« 07 » 10 2022 г.

МЕНЮ

на горячее питание школьников при МБОУ «Балдаевская СОШ»

| дата                             | Наименование блюд               | №<br>реце-<br>п-<br>туры | Выход<br>порции<br>гр. | Пищевые вещества |              |               | Калори<br>йность,<br>ккал | Цена,<br>руб. коп |
|----------------------------------|---------------------------------|--------------------------|------------------------|------------------|--------------|---------------|---------------------------|-------------------|
|                                  |                                 |                          |                        | Б,<br>г          | Ж,<br>г      | У,<br>г       |                           |                   |
| <b>11 -ый день<br/>(пятница)</b> | <b>с 7-11 лет</b>               |                          |                        |                  |              |               |                           |                   |
| <i>07.10.2022</i>                | <b>завтрак</b>                  |                          |                        |                  |              |               |                           |                   |
|                                  | Каша молоч. гречневая с маслом  | 302*                     | 180/5                  | 7,00             | 9,20         | 27,00         | 224                       | <i>13-04</i>      |
|                                  | Кофейный напиток с молоком      | 692*                     | 200                    | 2,50             | 3,60         | 28,70         | 152                       | <i>6-41</i>       |
|                                  | Хлеб пшеничный                  |                          | 40                     | 3,04             | 0,34         | 19,44         | 96                        | <i>2-12</i>       |
|                                  | <b>итого:</b>                   |                          |                        | <b>12,54</b>     | <b>13,14</b> | <b>75,14</b>  | <b>472</b>                | <i>21-60</i>      |
|                                  | <b>обед</b>                     |                          |                        |                  |              |               |                           |                   |
|                                  | Салат из кваш. капусты          | 45*                      | 60                     | 0,96             | 3,04         | 5,00          | 52                        | <i>8-09</i>       |
|                                  | Рассольник ленингр. со сметаной | 132*                     | 200/5                  | 1,88             | 5,10         | 13,92         | 113                       | <i>16-49</i>      |
|                                  | Плов из птицы                   | 492*                     | 150                    | 20,27            | 6,74         | 28,08         | 256                       | <i>29-50</i>      |
|                                  | Компот из св. плодов            | 631*                     | 200                    | 0,16             | 0,16         | 27,87         | 109                       | <i>6-82</i>       |
|                                  | Печенье сахарное                |                          | 20                     | 1,50             | 3,18         | 9,60          | 86                        | <i>2-67</i>       |
|                                  | Хлеб ржаной                     |                          | 60                     | 2,82             | 0,60         | 0,60          | 126                       | <i>2-41</i>       |
|                                  | <b>итого:</b>                   |                          |                        | <b>27,59</b>     | <b>18,82</b> | <b>85,07</b>  | <b>742</b>                | <i>65-98</i>      |
|                                  | <b>Всего:</b>                   |                          |                        | <b>40,13</b>     | <b>31,96</b> | <b>160,21</b> | <b>1214</b>               | <i>87-58</i>      |

Повар

*У*

*М.И.И. Е. И.*