

Утверждаю:

Директор МБОУ \_\_\_\_\_ Рябов А.И.

«Атратская средняя общеобразовательная школа»

Алатырского района Чувашской Республики

Меню для учащихся с 7 лет до 11 лет (осенне-зимний период)

МБОУ «Атратская средняя общеобразовательная школа» Алатырского района Чувашской Республики

18.10.2022

№ рецепта	Наименование блюда 10 день	Масса порции в граммах	Пищевые вещества в граммах			Энергетическая ценность (ккал.)
			Б	Ж	У	
	ОБЕД:					
18	Салат овощной	60	0,7	6,0	3,9	70,6
132	Рассольник ленинградский	200	2,2	5,1	14,4	103,8
492	Плов из птицы	150	11,4	9,8	27,2	326,4
638	Компот из изюма	200	0,2	0,0	84,1	84,1
	Хлеб ржано-пшеничный	90	6,5	2,0	38,6	185,4
		700				770,2

Меню для учащихся с 12 лет до 18 лет

МБОУ «Атратская средняя общеобразовательная школа» Алатырского района Чувашской Республики

№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции в граммах	Пищевые вещества в граммах			Энергетическая ценность (ккал.)
			Б	Ж	У	
	ОБЕД:					
18	Салат овощной	80	1,0	8,1	5,2	94,1
132	Рассольник ленинградский	200	2,2	5,1	14,4	103,8
492	Плов из птицы	180	11,4	9,8	27,2	391,7
638	Компот из изюма	200	0,2	0,0	84,1	84,1
	Хлеб ржано-пшеничный	130	9,4	2,8	55,4	266,8
		790				940,5