

Утверждаю:
 Директор МБОУ
 «Ахматовская средняя общеобразовательная школа»
 Алатырского района Чувашской Республики

Емельянова Т.В.

Меню для учащихся с 7 лет до 11 лет
МБОУ «Ахматовская средняя общеобразовательная школа» Алатырского района Чувашской Республики
Дата 08.11.2022

№ Рец.	Наименование блюда	Масса порции в граммах	Пищевые вещества (в граммах)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
	Обед:					
40	Салат витаминный (II вариант)	60	0,8	9,1	7,7	112,3
135	Суп овощной	200	2,6	5,1	15,6	110,6
451	Котлеты рубленые	100	17,1	13,3	15,1	239,2
520	Картофельное пюре	150	3,1	5,0	21,8	143,7
631	Компот из свежих яблок	200	0,2	0,2	27,8	107,6
	Хлеб ржано-пшеничный	90	6,5	2,0	38,6	185,4
	Итого:	800				898,7

Меню для учащихся с 12 лет до 18 лет
МБОУ «Ахматовская средняя общеобразовательная школа» Алатырского района Чувашской Республики

№ Рец.	Наименование блюда	Масса порции в граммах	Пищевые вещества (в граммах)	Энергетическая ценность (ккал)		
					Б	Ж
	Обед:					
40	Салат витаминный (II вариант)	80	1,1	12,1	10,2	149,7
135	Суп овощной	200	2,6	5,1	15,6	110,6
451	Котлеты рубленые	100	17,1	13,3	15,1	239,2
520	Картофельное пюре	150	3,1	5,0	21,8	143,7
631	Компот из свежих яблок	200	0,2	0,2	27,8	107,6

	Хлеб ржано-пшеничный	130	9,4	2,8	55,4	266,8
	Итого:	860				1017,6