

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 30.11.2022**

№ Рец.	Наименование блюда	Масса порции в граммах	Пищевые вещества (в граммах)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
	<b>Обед:</b>					
43	Салат из белокочанной капусты	60	0,8	3,1	7,3	56,6
110	Борщ из капусты и картофеля	200	1,6	4,8	10,7	82,3
470	Фрикадельки из говядины	100	16,6	19,2	9,3	271,9
520	Картофельное пюре	150	3,1	5,0	21,8	143,7
	Чай	200	1,4	0,0	13,7	62,0
	Хлеб ржано-пшеничный	90	6,5	2,0	38,6	185,4
	Итого:	800				871,1

**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
					У	
	<b>Обед:</b>					
43	Салат из белокочанной капусты	80	1,1	4,1	9,7	75,4
110	Борщ из капусты и картофеля	200	1,6	4,8	10,7	81,5
470	Фрикадельки из говядины	100	16,6	19,2	9,3	271,9

520	Картофельное пюре	150	3,1	5,0	21,8	143,7
	Чай	200	1,4	0,0	13,8	62,0
	Хлеб ржано-пшеничный	130	9,4	2,8	55,4	266,8
	Итого:	1030				970,5