

Утверждаю
 Директор МБОУ «Балдаевская СОШ»
 Т.Н.Андреева
 « 14 » 11 2022 г.

МЕНЮ

на горячее питание школьников при МБОУ «Балдаевская СОШ»

| дата | Наименование блюд | № рецеп-туры | Выход порции гр. | Пищевые вещества | | | Калори-йность, ккал | Цена руб.коп |
|--|------------------------------------|--------------|------------------|------------------|--------------|---------------|---------------------|--------------|
| | | | | Б, г | Ж, г | У, г | | |
| 1-ый день (понедельник) <i>14.11.2022</i> | с 12 лет | | | | | | | |
| | завтрак | | | | | | | |
| | Масло порциями | 96* | 15 | 0,08 | 12,37 | 0,08 | 112 | <i>7-95</i> |
| | Каша молоч. пшеничная с маслом | 302* | 200/5 | 20,49 | 10,15 | 23,26 | 273 | <i>12-61</i> |
| | Чай с лимоном | 686* | 200 | 0,26 | 0,06 | 15,22 | 59 | <i>5-03</i> |
| | Хлеб пшеничный | | 50 | 3,04 | 0,34 | 19,44 | 96 | <i>2-90</i> |
| | итого: | | | 23,87 | 22,92 | 58,00 | 540 | <i>28-49</i> |
| | обед | | | | | | | |
| | Салат из свежих помидоров | 19* | 100 | 1,06 | 10,13 | 4,52 | 114 | <i>9-40</i> |
| | Суп картофельный с горохом | 139* | 250 | 5,89 | 4,65 | 19,98 | 147 | <i>13-90</i> |
| | Птица (филе) тушенная в смет.соусе | 493* | 50/50 | 14,28 | 19,35 | 7,27 | 220 | <i>29-00</i> |
| | Макароны отварные | 516* | 180 | 6,38 | 5,87 | 42,62 | 253 | <i>6-68</i> |
| | Чай с сахаром | 685* | 200 | 0,20 | 0,05 | 15,01 | 57 | <i>2-18</i> |
| | Хлеб ржаной | | 60 | 2,82 | 0,60 | 0,60 | 126 | <i>2-65</i> |
| | итого: | | | 30,63 | 40,65 | 90,00 | 917 | <i>64-41</i> |
| | Всего: | | | 54,50 | 63,57 | 148,00 | 1457 | <i>92-90</i> |

Повар *И* Ильина Е.Ю.