

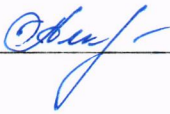
Согласовано



Директор  
МБОУ "Янтиковская СОШ имени Героя Советского Союза П.Х. Бухтулова"  
/Моряков Евгений Николаевич/

**МЕНЮ**  
8 ноября 2022 г.  
**11-18**  
~~5-11~~ лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
<b>ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ</b> яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое	110	18,16	10,8	18,6	2	218
<b>БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ</b> батон нарезной пшен мука 1 сорт	50	4,14	3,8	1,5	25,3	129
<b>ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ</b> ватрушка с творогом	70	18,00	2,5	1,5	25,6	99
<b>ЧАЙ С САХАРОМ</b> чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок	200/15	3,11	0,1		14,8	59
<b>Итого</b>		43,41	17,20	21,60	67,7	1106
<b>Обед</b>						
<b>САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ</b> томаты грунтовые, огурцы грунтовые, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное	100	5,22	1	6,1	3,7	75
<b>КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ</b> крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое	130	14,64	7,4	6	33,6	218
<b>ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ</b> чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон	185/15/7	4,02	0,3	0,1	15,2	62
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b> хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами	55	3,31	3,6	0,5	23,3	112
<b>ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ</b> капуста белокочанная, картофель, морковь, петрушка (корень), лук репчатый, томатное пюре, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, вода питьевая	250	16,21	1,8	5,1	9,2	90
<b>КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ</b> говядина б/к, свинина мясная, лук репчатый, сухари панировочные, яйца куриные (шт.), вода питьевая, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое, хлеб цивильный формовой 0,580	45	20,00	5	12	1,3	134
<b>Итого</b>		63,40	23,1	29,71	86,3	691
<b>Всего</b>		106,81	40,30	51,31	154	1797

Повар  Александрова Т.Н.