

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 09.12.2022

№ 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:					
49	Салат из моркови с яблоками	60	0,6	9,1	5,5	104,4
139	Суп картофельный с бобовыми	200	2,9	3,7	18,7	118,4
413	Курица отварная	50	6,3	15,9	0,0	168,4
534	Макароны	150	2,9	4,3	20,2	122,4
	Чай	200	1,4	0,0	13,7	62,0
	Хлеб ржано-пшеничный	90	6,5	2,0	38,6	185,4
	Кондитерские изделия	10	0,3	0,3	8,2	35,6
	Итого:	760				796,6

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	
	Обед:					
49	Салат из моркови с яблоками	80	0,8	12,1	7,4	139,1
139	Суп картофельный с бобовыми	200	2,9	3,7	18,7	117,5
413	Курица отварная	60	7,5	19,1	0,0	202,1
534	Макароны	180	3,5	5,2	24,2	146,9
	Чай	200	1,4	0,0	13,8	62,0
	Хлеб ржано-пшеничный	130	9,4	2,8	55,4	266,8