

Утверждаю
 Директор МБОУ «Верхнеачакская СОШ им.А.П.Айдак» *А.А.* /Т.А.Яжейкина/

МЕНЮ с 7 до 11 лет
 на «29» *декабря* 20*22*

Наименование блюда	номер по СР	выход (гр)	Пищевая ценность				Цена
			Белки	Жиры	Углеводы	Калл	
Четвертый день (четверг)							
завтрак							
Масло порциями	96*	10	0.05	8.25	0.08	75	6-90
Каша молоч. гречневая с маслом	302*	180/5	7.00	9.20	27.00	224	13-60
Чай с молоком	297**	200	1.60	1.65	17.36	86	2-50
Хлеб пшеничный		40	3.04	0.34	19.44	96	2-20
итого:			11,69	19,44	63,88	481	
обед							
Огурцы свежие порциями		60	0.48	0.12	3.12	12	8-80
Суп картоф. макарон. издел.	140*	200	2.26	4.30	16.68	117	8-50
Котлеты руб.из филе птицы с соусом	498*	90(50/40)	11.01	8.05	11.64	165	28-60
Рис отварной	511*	150	3.81	6.11	38.61	228	9-60
Компот из кураги	638*	200	1.04	0.00	30.96	123	6-90
Хлеб ржаной		60	2.82	0.60	0.60	126	2-60
итого:			21,42	19,18	101,61	771	65-20
Всего:			33,11	38,62	165,49	1252	

МЕНЮ с 12 лет
 на «29» *декабря* 20*22*

Наименование блюда	номер по СР	выход (гр)	Пищевая ценность				Цена
			Белки	Жиры	Углеводы	Калл	
Четвертый день (четверг)							
завтрак							
Масло порциями	96*	15	0.08	12.37	0.08	112	6-90
Каша молоч. гречневая с маслом	302*	200/5	7.73	9.65	30.00	248	13-60
Чай с молоком	297**	200	1.60	1.65	17.36	86	2-50
Хлеб пшеничный		50	3.80	0.40	24.30	119	2-20
итого:			13,21	24,07	71,74	565	
обед							
Огурцы свежие порциями		100	0.80	0.20	5.21	20	8-80
Суп картоф. макарон. издел.	140*	250	2.84	5.37	20.84	146	8-50
Котлеты руб.из филе птицы с соусом	498*	100(50/50)	11.18	8.50	12.42	173	28-60
Рис отварной	511*	180	4.58	7.33	46.33	275	9-60
Компот из кураги	638*	200	1.04	0.00	30.96	123	6-90
Хлеб ржаной		60	2.82	0.60	0.60	126	2-60
итого:			23,26	22,00	116,36	863	65-20
Всего:			36,47	46,07	188,10	1428	

Повар *Н.Ю.Фролова*
 Н.Ю.Фролова