

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 11.03.2022\_**

№ 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>					
49	Салат из моркови с яблоками	60	0,6	9,1	5,5	104,4
148	Суп-лапша домашняя	200	2,3	3,7	11,6	90,0
454	Котлеты по-хлыновски	100	15,9	14,4	16,0	229,4
534	Картофельное пюре	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
	Итого:	800				793,5

**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
	<b>Обед:</b>					
49	Салат из моркови с яблоками	80	0,8	12,1	7,4	139,1
148	Суп-лапша домашняя	200	2,3	3,7	11,6	90,0
454	Котлеты по-хлыновски	100	15,9	14,4	16,0	229,4
534	Картофельное пюре	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
	Итого:	890				934,21