



Утверждаю
 Директор МБОУ «Верхнеачакская СОШ им.А.П.Айдак»

[Signature]
 /Т.А.Яжейкина/



МЕНЮ с 7 до 11 лет
 на «14» марта 2023

Наименование блюда	номер по СР	выход (гр)	Пищевая ценность				Цена
			Белки	Жиры	Углеводы	Калл	
Пятый день (пятница)							
завтрак							
Сыр порциями	97*	10	2,30	3,90	0,00	36	6-00
Каша молоч. пшениная с маслом	302*	180/5	17,63	12,96	23,61	267	10-00
Чай с фруктовым соком	79**	200	0,34	0,02	24,53	95	6-50
Хлеб пшеничный		40	3,04	0,34	19,44	96	2-50
итого:			23,31	17,22	67,58	494	25-00
обед							
Салат из кваш.капусты	45*	60	0,96	3,04	5,00	52	6-80
Рассольник ленинградский со сметаной	132*	200/5	1,88	5,10	13,92	113	10-80
Кнели из цыплят с рисом с соусом	218**	90(50/40)	12,35	4,47	6,70	118	29-90
Макароньы отварные	516*	150	5,32	4,89	35,52	211	8-50
Компот из чернослива	638*	200	0,57	0,00	34,41	136	6-80
Хлеб ржаной		60	2,82	0,60	0,60	126	2-60
итого:			23,90	18,10	96,15	756	65-00
Всего:			47,21	35,32	163,73	1250	90-00

МЕНЮ с 12 лет
 на «14» марта 2023

Наименование блюда	номер по СР	выход (гр)	Пищевая ценность				Цена
			Белки	Жиры	Углеводы	Калл	
Пятый день (пятница)							
завтрак							
Сыр порциями	97*	20	4,60	5,80	0,00	72	6-00
Каша молоч. пшениная с маслом	302*	200/5	19,59	14,40	26,24	288	10-00
Чай с фруктовым соком	79**	200	0,34	0,02	24,53	95	6-50
Хлеб пшеничный		50	3,80	0,40	24,30	119	2-50
итого:			28,33	20,62	75,07	574	25-00
обед							
Салат из кваш.капусты	45*	100	1,60	5,07	8,33	87	7-10
Рассольник ленинградский со сметаной	132*	250/5	2,31	6,60	17,36	135	10-90
Кнели из цыплят с рисом с соусом	218**	100(50/50)	12,52	4,92	7,48	126	33-10
Макароньы отварные	516*	180	6,38	5,87	42,62	253	9-50
Компот из чернослива	638*	200	0,57	0,00	34,41	136	6-80
Хлеб ржаной		60	2,82	0,60	0,60	126	2-60
итого:			26,20	23,06	110,80	863	80-00
Всего:			54,53	43,68	185,87	1437	95-00

Повар *[Signature]*

Н.Ю.Фролова