

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

/Т.А.Яжейкина/

МЕНЮ с 12 лет
 на «18» марта 2023

Наименование блюда	номер по СР	выход (гр)	Пищевая ценность				Цена
			Белки	Жиры	Углеводы	Калл	
Шестой день (суббота)							
завтрак							
Яйцо вареное	337*	1 шт	5,10	4,60	0,30	63	8-80
Каша молоч. манная с маслом	302*	200/5	19,62	22,44	22,65	262	7-80
Какао с молоком	693*	200	3,01	3,39	27,91	119	6-50
Хлеб пшеничный		50	3,80	0,40	24,30	119	2-20
итого:			31,56	30,83	75,16	593	
обед							
Винегрет овощной	71*	100	1,37	10,14	7,55	126	8-90
Суп крестьянский с крупой	134*	250	2,99	4,97	11,52	121	8-80
Биточки рубленные с соусом	518*	100(60/40)	10,96	2029,0	13,12	201	33-40
Капуста тушеная	534*	180	4,32	5,42	18,30	138	9-80
Компот из св. плодов	631*	200	0,16	0,16	27,87	109	6-50
Хлеб ржаной		60	2,82	0,60	0,60	126	2-60
итого:			22,62	25,29	78,96	821	70-90
Всего:			54,18	2081,1 2	154,12	1414	95-00

Повар

Н.Ю.Фролова

Н.Ю.Фролова