



Утверждаю
Директор МБОУ «Балдаевская СОШ»
Т.Н.Андреева
2023 г.

МЕНЮ
на горячее питание школьников при МБОУ «Балдаевская СОШ»

дата	Наименование блюд	№ рецеп-туры	Выход порции гр.	Пищевые вещества			Калори-йность, ккал	Цена руб.коп
				Б, г	Ж, г	У, г		
3-ий день (среда)	с 7-11 лет							
22.03.2023	завтрак							
	Бутерброд с повидлом	2*	40	1,20	4,30	22,00	132	4-55
	Каша молоч. рисовая с маслом	302*	180/5	22,08	15,42	26,55	244	11-16
	Кофейный напиток с молоком	692*	200	2,50	3,60	28,70	152	6-22
	Хлеб пшеничный		40	3,04	0,34	19,44	96	2-32
	Итого			28,82	23,66	96,69	624	24-25
	обед							
	Салат из свеклы	88**	60	0,76	9,04	4,59	103	3-51
	Щи из св капусты с картофелем со сметаной	124*	200/5	1,46	4,75	6,22	79	15-20
	Котлеты рыбные с соус.	388*	90(50/40)	7,53	6,66	11,49	163	24-87
	Пюре картофельное	520*	150	3,22	5,56	22,00	155	11-07
	Напиток лимонный	699*	200	0,14	0,02	24,43	96	4-82
	Хлеб ржаной		60	2,82	0,60	0,60	126	2-65
	<i>Яблоки</i>		<i>270</i>	<i>1,08</i>	<i>1,08</i>	<i>26,16</i>	<i>104</i>	<i>32-40</i>
	Итого			15,93	26,63	69,33	722	94-52
	Всего			44,75	50,29	166,02	1346	121-77

Повар Ильина Е.Ю.