



Согласовано:
 Директор МБОУ "Долгоостровская СОШ"
 Бурнак Д.М.

Меню на 02.04.2023 года

1-й день по двенадцатидневному меню

| Наименование блюда | Цена | номер по СР | выход (гр) | Пищевая ценность | | | | Витамины и минеральные вещества | | | | | | | |
|--------------------------------|--------------|--------------|-------------|------------------|--------------|--------------|---------------|---------------------------------|--------------|--------------|-------------|---------------|--------------|---------------|-------------|
| | | | | Белки | Жиры | Углевод ы | Калл | А | В | С | Е | Са | Mg | P | Fe |
| завтрак | | | | | | | | | | | | | | | |
| Масло сливочное порциями | | 97* | 10 | 0,05 | 8,25 | 0,08 | 75,00 | 0,10 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 1,20 | 0,04 | 1,90 | 0,02 |
| Каша молоч. пшеничная с маслом | 13-89 | 302* | 220/5 | 6,60 | 9,02 | 36,52 | 253,66 | 0,08 | 0,20 | 1,43 | 0,80 | 205,43 | 15,66 | 183,38 | 2,55 |
| Чай с лимоном | 2-93 | 686* | 200 | 0,26 | 0,06 | 15,22 | 59,00 | 0,00 | 0,00 | 2,90 | 0,00 | 8,05 | 5,24 | 9,78 | 0,91 |
| Хлеб пшеничный | 2-58 | | 50 | 3,80 | 0,40 | 24,30 | 119,00 | 0,00 | 0,06 | 0,00 | 0,55 | 10,00 | 7,00 | 32,50 | 0,55 |
| итого: | 19-40 | | | 10,71 | 17,73 | 76,12 | 506,66 | 0,18 | 0,26 | 4,33 | 1,35 | 224,68 | 27,94 | 44,18 | 4,03 |
| обед для 1-4 классов | | | | | | | | | | | | | | | |
| Огурцы свежие порциями | 0 | 16* | 60 | 0,48 | 0,12 | 3,12 | 12 | 0,03 | 12,6 | 0,15 | 0,2 | 7,5 | 13,5 | 10,5 | 0,45 |
| Суп картофельный с горохом | 5-65 | 139* | 200 | 4,71 | 3,73 | 15,96 | 118 | 0,05 | 0,19 | 9,2 | 0,21 | 30,72 | 27,9 | 70,66 | 1,67 |
| Птица тушеная в смет. соусе | 11-81 | 493* | 100 (50/50) | 14,28 | 19,35 | 7,27 | 220 | 0,15 | 0,07 | 0,86 | 2,13 | 24,25 | 17,14 | 138,83 | 1,1 |
| Макаронные изделия отварные | 6-19 | 516* | 150 | 5,32 | 4,89 | 35,52 | 211 | 0,05 | 0,09 | 0 | 0,76 | 10,3 | 8,16 | 45,28 | 0,82 |
| Чай с фруктовым соком | 4-95 | 79** | 200 | 0,34 | 0,02 | 24,53 | 95 | 0 | 0 | 1,04 | 0,05 | 6,13 | 3,98 | 7,21 | 0,58 |
| Хлеб ржаной | 3-10 | | 60 | 2,82 | 0,6 | 0,6 | 126 | 0 | 0,04 | 0 | 0,78 | 14,4 | 11,4 | 52,2 | 2,24 |
| итого: | 2-10 | | | 27,95 | 28,71 | 87,00 | 782,00 | 0,13 | 12,99 | 11,25 | 4,13 | 93,30 | 82,88 | 324,68 | 6,86 |
| обед для 5-11 классов | | | | | | | | | | | | | | | |
| Огурцы соленые порциями | 0 | | 100 | 0,80 | 0,10 | 1,60 | 13,36 | 0,03 | 0,03 | 5,01 | 0,10 | 23,05 | 14,03 | 24,05 | 0,60 |
| Суп картофельный с горохом | 7-08 | 3-84 | 139* | 5,89 | 4,65 | 19,98 | 147 | 0,06 | 0,25 | 11,5 | 0,26 | 38,4 | 34,87 | 88,32 | 2,08 |
| Птица тушеная в смет. соусе | 12-81 | 12-81 | 493* | 13,88 | 17,78 | 4,5 | 199 | 0,08 | 0,07 | 0,52 | 2,45 | 18,53 | 15,68 | 128,74 | 1,03 |
| Макаронные изделия отварные | 7-40 | 7-40 | 516* | 6,38 | 5,87 | 42,62 | 253 | 0,06 | 0,13 | 0 | 0,92 | 12,37 | 9,8 | 54,34 | 0,99 |
| Чай с фруктовым соком | 4-95 | 4-95 | 79** | 0,34 | 0,02 | 24,53 | 95 | 0 | 0 | 1,04 | 0,05 | 6,13 | 3,98 | 7,21 | 0,58 |
| Хлеб ржаной | 3-10 | 3-10 | 60 | 2,82 | 0,6 | 0,6 | 126 | 0 | 0,08 | 0 | 0,78 | 14,4 | 11,4 | 52,2 | 2,24 |
| итого: | 35-29 | 32-20 | | 27,29 | 28,42 | 93,23 | 833,36 | 0,23 | 0,46 | 18,07 | 3,78 | 98,48 | 78,36 | 302,66 | 5,28 |

Повар И.И. Азмуханова И.И.
 Ответственный по питанию: Д.М. Вахитова Д.Р.

И.И. Азмуханова
 07.04