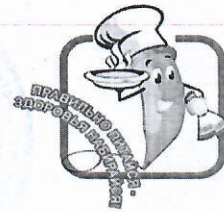




Утверждаю
 Директор МБОУ «Верхнеачакская СОШ им.А.П.Айдак» *Т.А.Яжейкина/*

МЕНЮ с 7 до 11 лет

на «12» *сентябрь* 20*23*



| Наименование блюда | номер по СР | выход (гр) | Пищевая ценность | | | | Цена |
|--------------------------------------|-------------|------------|------------------|--------------|---------------|-------------|--------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | Калл | |
| Десятый день (пятница) | | | | | | | |
| завтрак | | | | | | | |
| Каша молоч. гречневая с маслом | 302* | 180/5 | 7,00 | 9,20 | 27,00 | 224 | 15-50 |
| Кофейный напиток с молоком | 692* | 200 | 2,50 | 3,60 | 28,70 | 152 | 7-50 |
| Хлеб пшеничный | | 40 | 3,04 | 0,34 | 19,44 | 96 | 2-00 |
| итого: | | | 12,54 | 13,14 | 75,14 | 472 | 25-00 |
| обед | | | | | | | |
| Салат из кваш. капусты | 45* | 60 | 0,96 | 3,04 | 5,00 | 52 | 8-70 |
| Рассольник ленинградский со сметаной | 132* | 200/5 | 1,88 | 5,10 | 13,92 | 113 | 9-90 |
| Плов из птицы | 492* | 150 | 20,27 | 6,74 | 28,08 | 256 | 27-80 |
| Компот из св. плодов | 631* | 200 | 0,16 | 0,16 | 27,87 | 109 | 7-60 |
| Печенье сахарное | | 20 | 1,50 | 3,18 | 9,60 | 86 | 8-40 |
| Хлеб ржаной | | 60 | 2,82 | 0,60 | 0,60 | 126 | 2-60 |
| итого: | | | 27,59 | 18,82 | 85,07 | 742 | 65-00 |
| Всего: | | | 40,13 | 31,96 | 160,21 | 1214 | 90-00 |

МЕНЮ с 12 лет

на «12» *сентябрь* 20*23*

| Наименование блюда | номер по СР | выход (гр) | Пищевая ценность | | | | Цена |
|--------------------------------------|-------------|------------|------------------|--------------|---------------|-------------|--------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | Калл | |
| Одиннадцатый день (пятница) | | | | | | | |
| завтрак | | | | | | | |
| Каша молоч. гречневая с маслом | 302* | 200/5 | 7,73 | 9,65 | 30,00 | 248 | 15-50 |
| Кофейный напиток с молоком | 692* | 200 | 2,50 | 3,60 | 28,70 | 152 | 7-50 |
| Хлеб пшеничный | | 50 | 3,80 | 0,40 | 24,30 | 119 | 2-00 |
| Конфета шоколадная | | 16 | 0,40 | 3,70 | 9,10 | 71 | |
| итого: | | | 14,43 | 17,35 | 92,10 | 590 | 25-00 |
| обед | | | | | | | |
| Салат из кваш. капусты | 45* | 100 | 1,60 | 5,07 | 8,33 | 87 | 9-50 |
| Рассольник ленинградский со сметаной | 132* | 250/5 | 2,31 | 6,60 | 17,36 | 135 | 10-20 |
| Плов из птицы | 492* | 200 | 26,96 | 8,96 | 37,35 | 340 | 31-70 |
| Компот из св. плодов | 631* | 200 | 0,16 | 0,16 | 27,87 | 109 | 7-60 |
| Печенье сахарное | | 20 | 1,50 | 3,18 | 9,60 | 86 | 8-40 |
| Хлеб ржаной | | 60 | 2,82 | 0,60 | 0,60 | 126 | 2-60 |
| итого: | | | 35,35 | 24,57 | 101,11 | 883 | 70-00 |
| Всего: | | | 49,78 | 41,92 | 193,21 | 1473 | 95-00 |

Повар

Фролова

Н.Ю.Фролова