

МЕНЮ

приготавливаемых блюд для
 питания школьников обучающихся из многодетных малоимущих семей

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
 «Байдеряковская основная общеобразовательная школа
 Яльчикского района Чувашской Республики»

СРЕДА (2 НЕДЕЛЯ)
 «10» мая 2023 год

| Наименование блюда | Цена | Вес блюда | Пищевые вещества | | | | N рецептуры |
|--|--------------|--------------|------------------|--------------|---------------|----------------------------|----------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | |
| Макароны отварные с сыром | 11,99 | 200 | 7,9 | 6,8 | 28,6 | 207,7 | 59 |
| Чай с сахаром | 5,43 | 200 | 0,07 | 0,02 | 15 | 60 | 376 |
| Хлеб пшеничный | 2,58 | 50 | 3,07 | 1,07 | 20,9 | 107,2 | 8 |
| <i>Итого за завтрак</i> | <i>20,00</i> | <i>450</i> | <i>11,04</i> | <i>7,89</i> | <i>64,5</i> | <i>374,9</i> | |
| ОБЕД | | | | | | | |
| Салат витаминный | 5,45 | 100 | 2,6 | 6,22 | 22,1 | 155 | 49 |
| Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | 14,55 | 250 | 1,46 | 4,75 | 6,22 | 49 | 124 |
| Картофельное пюре | 10,25 | 200 | 4,1 | 3,1 | 25,5 | 146 | 312 |
| Рыба ,запеченная в сметанном соусе (минтай) | 22,43 | 100 | 15,1 | 17,6 | 4,4 | 236 | 34 |
| Соус сметанный | | 30 | 0,42 | 1,5 | 1,76 | 22,23 | 330 |
| Компот из смеси сухофруктов | 5,22 | 200 | 1,16 | 0,3 | 47,2 | 196,3 | 349 |
| Хлеб ржаной | 3,75 | 60 | 3,96 | 0,72 | 1,38 | 108,6 | 7 |
| <i>Итого за обед</i> | <i>61,55</i> | <i>940</i> | <i>28,8</i> | <i>34,19</i> | <i>108,5</i> | <i>913,1</i> | |
| <i>Итого за день</i> | <i>81,55</i> | <i>1390</i> | <i>39,84</i> | <i>42,08</i> | <i>173,06</i> | <i>1288</i> | |

Повар:

Сергеева С.Ю

Сергеева С.Ю