



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

Т.А.Яжейкина



МЕНЮ с 12 лет
на «14» *сентября* 20*23*

Наименование блюда	номер по СР	выход (гр)	Пищевая ценность				Цена
			Белки	Жиры	Углеводы	Калл	
Двенадцатый день (суббота)							
завтрак							
Яйцо вареное	337*	1 шт	5,10	4,60	0,30	63	<i>9-90</i>
Каша молоч. ячневая с маслом	302*	200/5	19,62	22,44	22,65	263	<i>9-30</i>
Чай с молоком	297**	200	1,60	1,65	17,36	86	<i>3-80</i>
Хлеб пшеничный		50	3,80	0,40	24,30	119	<i>2-00</i>
итого:			30,12	29,09	64,61	531	
обед							
Огурцы соленые порциями		100	0,80	0,10	1,60	13	<i>8-00</i>
Суп крестьянский с крупой	134*	250	2,99	4,97	11,52	121	<i>8-80</i>
Кнели из говядины с рисом с соусом	474*	100(50/50)	9,07	16,04	6,33	207	<i>30-30</i>
Рис отварной	511*	180	4,58	7,33	46,33	275	<i>8-50</i>
Напиток лимонный	699*	200	0,14	0,02	24,43	96	<i>6-80</i>
Хлеб ржаной		60	2,82	0,60	0,60	126	<i>2-00</i>
итого:			20,40	29,06	90,81	838	<i>65-00</i>
Всего:			50,52	58,15	155,42	1369	

Повар

Фролова

Н.Ю.Фролова