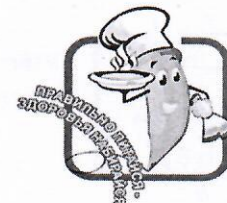




Утверждаю
Директор МБОУ «Верхнеачакская СОШ им.А.П.Айдак» /Т.А.Яжейкина/



МЕНЮ с 7 до 11 лет

на «18 мая» 2023

| Наименование блюда | номер по СР | выход (гр) | Пищевая ценность | | | | Цена |
|------------------------------------|-------------|------------|------------------|--------------|---------------|-------------|--------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | Калл | |
| Четвертый день (четверг) | | | | | | | |
| завтрак | | | | | | | |
| Масло порциями | 96* | 10 | 0,05 | 8,25 | 0,08 | 75 | 6-90 |
| Каша молоч. гречневая с маслом | 302* | 180/5 | 7,00 | 9,20 | 27,00 | 224 | 13-60 |
| Чай с молоком | 297** | 200 | 1,60 | 1,65 | 17,36 | 86 | 2-50 |
| Хлеб пшеничный | | 40 | 3,04 | 0,34 | 19,44 | 96 | 2-20 |
| <i>бананы</i> | | <i>150</i> | <i>2,25</i> | <i>9,08</i> | <i>31,50</i> | <i>96</i> | <i>19-00</i> |
| итого: | | | 11,69 | 19,44 | 63,88 | 481 | 25-00 |
| обед | | | | | | | |
| Огурцы свежие порциями | | 60 | 0,48 | 0,12 | 3,12 | 12 | 8-80 |
| Суп картоф.с макарон, издел. | 140* | 200 | 2,26 | 4,30 | 16,68 | 117 | 8-50 |
| Котлеты руб.из филе птицы с соусом | 498* | 90(50/40) | 11,01 | 8,05 | 11,64 | 165 | 28-60 |
| Рис отварной | 511* | 150 | 3,81 | 6,11 | 38,61 | 228 | 9-60 |
| Компот из кураги | 638* | 200 | 1,04 | 0,00 | 30,96 | 123 | 6-90 |
| Хлеб ржаной | | 60 | 2,82 | 0,60 | 0,60 | 126 | 2-60 |
| итого: | | | 21,42 | 19,18 | 101,61 | 771 | 65-00 |
| Всего: | | | 33,11 | 38,62 | 165,49 | 1252 | 90-00 |

МЕНЮ с 12 лет

на «18 мая» 2023

| Наименование блюда | номер по СР | выход (гр) | Пищевая ценность | | | | Цена |
|------------------------------------|-------------|------------|------------------|--------------|---------------|-------------|--------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | Калл | |
| Четвертый день (четверг) | | | | | | | |
| завтрак | | | | | | | |
| Масло порциями | 96* | 15 | 0,08 | 12,37 | 0,08 | 112 | 6-90 |
| Каша молоч. гречневая с маслом | 302* | 200/5 | 7,73 | 9,65 | 30,00 | 248 | 13-60 |
| Чай с молоком | 297** | 200 | 1,60 | 1,65 | 17,36 | 86 | 2-50 |
| Хлеб пшеничный | | 50 | 3,80 | 0,40 | 24,30 | 119 | 2-20 |
| <i>бананы</i> | | <i>150</i> | <i>2,25</i> | <i>9,08</i> | <i>31,50</i> | <i>96</i> | <i>19-00</i> |
| итого: | | | 13,21 | 24,07 | 71,74 | 565 | 25-00 |
| обед | | | | | | | |
| Огурцы свежие порциями | | 100 | 0,80 | 0,20 | 5,21 | 20 | 9-10 |
| Суп картоф.с макарон, издел. | 140* | 250 | 2,84 | 5,37 | 20,84 | 146 | 9-60 |
| Котлеты руб.из филе птицы с соусом | 498* | 100(50/50) | 11,18 | 8,50 | 12,42 | 173 | 31-90 |
| Рис отварной | 511* | 180 | 4,58 | 7,33 | 46,33 | 275 | 9-90 |
| Компот из кураги | 638* | 200 | 1,04 | 0,00 | 30,96 | 123 | 6-90 |
| Хлеб ржаной | | 60 | 2,82 | 0,60 | 0,60 | 126 | 2-60 |
| итого: | | | 23,26 | 22,00 | 116,36 | 863 | 70-00 |
| Всего: | | | 36,47 | 46,07 | 188,10 | 1428 | 95-00 |

Повар

Фролова

Н.Ю.Фролова