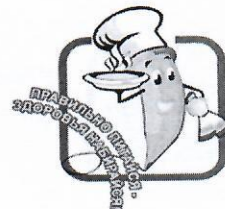




Утверждаю
Директор МБОУ «Верхнеачакская СОШ им.А.П.Айдак»

/Т.А.Яжейкина/



МЕНЮ с 7 до 11 лет
на «28» сентября 2023

Наименование блюда	номер по СР	выход (гр)	Пищевая ценность				Цена
			Белки	Жиры	Углеводы	Калл	
Девятый день (четверг)							
завтрак							
Сыр порциями	97*	15	3,45	5,85	0,00	54	12-20
Каша молоч. пшеничная с маслом	302*	180/5	17,63	12,96	23,61	267	31-40
Чай с сахаром	685*	200	0,20	0,05	15,01	57	2-90
Хлеб пшеничный		40	3,04	0,34	19,44	96	3-50
итого:			24,32	19,20	58,06	474	50-00
обед							
Маринад овощной	612*	60	0,94	6,06	7,01	85	4-20
Суп картофельный рыбный	133*	200/12,5	4,57	2,80	15,30	107	10-40
Котлеты особые с соусом	452*	90(50/40)	8,73	12,99	9,28	191	35-40
Макаронные отварные	516*	150	5,32	4,89	35,52	211	9-20
Компот из изюма	638*	200	0,36	0,00	33,16	128	5-80
Хлеб ржаной		60	2,82	0,60	0,60	126	3-30
итого:			22,74	27,34	100,87	848	
Всего:			47,06	46,54	158,93	1322	68-00

МЕНЮ с 12 лет
на «28» сентября 2023

Наименование блюда	номер по СР	выход (гр)	Пищевая ценность				Цена
			Белки	Жиры	Углеводы	Калл	
Десятый день (четверг)							
завтрак							
Сыр порциями	97*	20	4,60	5,80	0,00	72	12-20
Каша молоч. пшеничная с маслом	302*	200/5	19,59	14,40	26,24	288	31-40
Чай с сахаром	685*	200	0,20	0,05	15,01	57	2-90
Хлеб пшеничный		50	3,80	0,40	24,30	119	3-50
итого:			28,19	20,65	65,55	536	50-00
обед							
Маринад овощной	612*	100	1,56	10,01	11,68	141,6	5-20
Суп картофельный рыбный	133*	250/12,5	5,16	3,39	20,07	134	10-20
Котлеты особые с соусом	452*	100(50/50)	8,93	14,50	9,77	208	36-30
Макаронные отварные	516*	180	6,38	5,87	42,62	253	9-20
Компот из изюма	638*	200	0,36	0,00	33,16	128	5-80
Хлеб ржаной		60	2,82	0,60	0,60	126	3-30
итого:			25,21	34,37	117,90	990,6	
Всего:			53,40	55,02	183,45	1526,6	70-00

Повар

Фролова

Н.Ю.Фролова