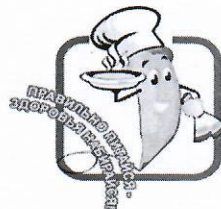




Утверждаю
Директор МБОУ «Верхнеачакская СОШ им.А.П.Айдак»

/Т.А.Яжейкина/



МЕНЮ с 7 до 11 лет

на «19» сентября 2023

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	20-70
Кофейный напиток с молоком	692*	200	2,50	3,60	28,70	152	5-70
Хлеб пшеничный		40	3,04	0,34	19,44	96	3-50
итого:			12,54	13,14	75,14	472	30-70
обед							
Салат из кваш. капусты	45*	60	0,96	3,04	5,00	52	9-50
Рассольник ленинградский со сметаной	132*	200/5	1,88	5,10	13,92	113	8-20
Плов из пшеницы	492*	150	20,27	6,74	28,08	256	33-00
Компот из св. плодов	631*	200	0,16	0,16	27,87	109	5-50
Печенье сахарное		20	1,50	3,18	9,60	86	8-50
Хлеб ржаной		60	2,82	0,60	0,60	126	3-30
итого:			27,59	18,82	85,07	742	
Всего:			40,13	31,96	160,21	1214	68-00

МЕНЮ с 12 лет
на «20» сентября 2023

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	20-70
Кофейный напиток с молоком	692*	200	2,50	3,60	28,70	152	5-70
Хлеб пшеничный		50	3,80	0,40	24,30	119	3-50
Конфета шоколадная		16	0,40	3,70	9,10	71	
итого:			14,43	17,35	92,10	590	30-00
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	9-20
Плов из птицы	492*	200	26,96	8,96	37,35	340	34-00
Компот из св. плодов	631*	200	0,16	0,16	27,87	109	5-50
Печенье сахарное		20	1,50	3,18	9,60	86	8-50
Хлеб ржаной		60	2,82	0,60	0,60	126	3-30
итого:			35,35	24,57	101,11	883	
Всего:			49,78	41,92	193,21	1473	70-00

Повар

Яжейкина

Н.Ю.Фролова