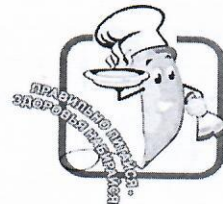




Утверждаю  
Директор МБОУ «Верхнеачакская СОШ им.А.П.Айдак»

 /Т.А.Яжейкина/



МЕНЮ с 12 лет  
на «11» января 2021

Наименование блюда	номер по СР	выход (гр)	Пищевая ценность				Цена
			Белки	Жиры	Углеводы	Калл	
<b>Шестой день (суббота)</b>							
<b>завтрак</b>							
Яйцо вареное	337*	1 шт	5,10	4,60	0,30	63	8-80
Каша молоч. манная с маслом	302*	200/5	19,62	22,44	22,65	262	7-70
Какао с молоком	693*	200	3,04	3,39	27,91	149	6-50
Хлеб пшеничный		50	3,80	0,40	24,30	119	2-00
<b>итого:</b>			<b>31,56</b>	<b>30,83</b>	<b>75,16</b>	<b>593</b>	
<b>обед</b>							
Винегрет овощной	71*	100	1,37	10,14	7,55	126	7-90
Суп крестьянский с крупой	134*	250	2,99	4,97	11,52	121	7-80
Биточки рубленые с соусом	518*	100(60/40)	10,96	2029,0	13,12	201	31-40
Капуста тушеная	534*	180	4,32	5,42	18,30	138	8-80
Компот из св. плодов	631*	200	0,16	0,16	27,87	109	6-50
Хлеб ржаной		60	2,82	0,60	0,60	126	2-60
<b>итого:</b>			<b>22,62</b>	<b>25,29</b>	<b>78,96</b>	<b>821</b>	<b>65-00</b>
<b>Всего:</b>			<b>54,18</b>	<b>2081,12</b>	<b>154,12</b>	<b>1414</b>	

Повар



Н.Ю.Фролова