

Утверждаю:

Директор МБОУ

«Ахматовская средняя общеобразовательная школа»

Алатырского МО Чувашской Республики

Емельянова Т.В.

Меню для учащихся с 7 лет до 11 лет

МБОУ «Ахматовская средняя общеобразовательная школа» Алатырского МО Чувашской Республики

Дата 13.11.2023

№ Рец.	Наименование блюда	Масса порции в граммах	Пищевые вещества (в граммах)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
	Обед:					
52	Салат из свеклы	60	0,81	3,65	4,72	53,91
102	Суп картофельный с горохом	200	4,11	4,27	15,6	118,63
269	Биточки рубленые с соусом	100(50/50)	7,93	12,29	10,2	180,63
321	гречка отварная	200	4,15	5,37	18,91	138,41
348	Компот из кураги	200	1,08	0	31,33	124,18
	Хлеб Дарницкий	40	3,12	0,36	0	98
	Итого:	800	21,2	25,94	80,76	713,76

Меню для учащихся с 12 лет до 18 лет

МБОУ «Ахматовская средняя общеобразовательная школа» Алатырского МО Чувашской Республики

№ Рец.	Наименование блюда	Масса порции в граммах	Пищевые вещества (в граммах)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	Обед:					
52	Салат из свеклы	100	1,35	6,08	7,87	75,4
102	Суп картофельный с горохом	250	5,13	5,33	19,5	81,5
269	Биточки рубленые с соусом	100(50/50)	7,93	12,29	10,2	271,9
321	гречка отварная	230	4,78	6,18	21,78	143,7
348	Компот из кураги	200	1,08	0	31,33	62,0
	Хлеб Дарницкий	40	3,12	0,36	0	266,8
	Итого:	920	23,39	30,24	90,68	800,12