

Согласовано:
 Директор МБОУ "Волгоостровская СОШ"
 Бурнак Д.М. *[Подпись]*

Меню на 01.03.2023 года

9-й день по двенадцатидневному меню

| Наименование блюда | Цена | номер по СР | выход (гр) | Пищевая ценность | | | | Витамины и минеральные вещества | | | | | | | | | |
|---------------------------------------|-------|-------------|-------------|------------------|--------------|--------------|---------------|---------------------------------|-------------|--------------|-------------|---------------|---------------|---------------|-------------|--|--|
| | | | | Белки | Жиры | Углевод ы | Калл | А | В | С | Е | Са | Mg | Р | Fe | | |
| завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Масло сливочное порционная | | 97* | 10 | 0,05 | 8,25 | 0,08 | 75,00 | 0,10 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 1,20 | 0,04 | 1,90 | 0,02 | | |
| Каша молоч. рисовая с маслом | 16-29 | 302* | 220/5 | 3,3 | 8,8 | 34,76 | 231,44 | 0,08 | 0,09 | 1,51 | 0,28 | 148,12 | 40,93 | 179,55 | 0,62 | | |
| Чай с сахаром | 1-24 | 685* | 200 | 0,20 | 0,05 | 15,01 | 57,00 | 0,00 | 0,00 | 0,10 | 0,00 | 5,25 | 4,40 | 8,24 | 0,87 | | |
| Хлеб пшеничный | 2-37 | | 50 | 3,80 | 0,40 | 24,30 | 119,00 | 0,00 | 0,06 | 0,00 | 0,55 | 10,00 | 7,00 | 32,50 | 0,55 | | |
| итого: | 20-41 | | | 7,35 | 17,50 | 74,15 | 482,44 | | | | | | | | | | |
| обед для 1-4 классов | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Салат из кваш. капусты с рас. маслом | 2-17 | 45* | 60 | 0,96 | 3,04 | 5 | 52 | 0 | 0,01 | 15,18 | 1,26 | 25,25 | 8,62 | 18,55 | 0,35 | | |
| Щи из св. капусты с картофелем со см. | 6-8 | 124* | 200/5 | 1,46 | 4,75 | 6,22 | 79 | 0,08 | 0,04 | 14,64 | 0,14 | 38,49 | 17,29 | 41,11 | 0,68 | | |
| Биточки рыбные с соусом | 16-86 | 388* | 90(50/40) | 9,04 | 8,22 | 10,71 | 155 | 0,01 | 0,05 | 1,01 | 2,91 | 31,55 | 17,43 | 77,05 | 0,69 | | |
| Пюре картофельное | 4-26 | 520* | 150 | 3,22 | 5,56 | 22 | 155 | 0,09 | 0,16 | 25,94 | 0,13 | 40,45 | 32,67 | 55,63 | 1,17 | | |
| Компот из черешни | 1-88 | 638* | 200 | 0,57 | 0 | 34,41 | 136 | 0,01 | 0,08 | 0,75 | 0,45 | 20,4 | 25,5 | 20,75 | 0,81 | | |
| Хлеб ржаной | 3-10 | | 60 | 2,82 | 0,6 | 0,6 | 126 | 0 | 0,04 | 0 | 0,78 | 14,4 | 11,4 | 52,2 | 2,24 | | |
| итого: | 46-29 | | | 18,07 | 22,17 | 78,94 | 703,00 | 0,19 | 0,38 | 57,52 | 5,67 | 170,54 | 112,91 | 265,29 | 5,94 | | |
| обед для 5-11 классов | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Салат из кваш. капусты с рас. маслом | 0-92 | 45* | 100 | 1,6 | 5,07 | 8,33 | 87 | 0 | 0,07 | 25,3 | 2,1 | 42,08 | 14,36 | 30,91 | 0,58 | | |
| Щи из св. капусты с картофелем со см. | 2-25 | 124* | 250/5 | 1,8 | 5,57 | 7,77 | 93 | 0,05 | 0,05 | 18,29 | 0,17 | 49,45 | 21,52 | 50,65 | 0,83 | | |
| Биточки рыбные с соусом | 13-26 | 388* | 100 (60/40) | 10,96 | 11,54 | 13,12 | 201 | 0 | 0,07 | 1,31 | 2,56 | 29,3 | 9,15 | 63,82 | 0,61 | | |
| Пюре картофельное | 11-00 | 520* | 180 | 3,87 | 6,68 | 26,41 | 197 | 0,1 | 0,35 | 31,13 | 0,16 | 48,55 | 39,21 | 114,76 | 1,42 | | |
| Чай с сахаром | 1-24 | 685* | 200 | 0,20 | 0,05 | 15,01 | 57,00 | 0,00 | 0,00 | 0,10 | 0,00 | 5,25 | 4,40 | 8,24 | 0,87 | | |
| Хлеб ржаной | 3-10 | | 60 | 2,82 | 0,6 | 0,6 | 126 | 0 | 0,08 | 0 | 0,78 | 14,4 | 11,4 | 52,2 | 2,24 | | |
| итого: | 46-65 | 29-37 | | 21,25 | 29,51 | 71,24 | 761,00 | 0,15 | 0,62 | 76,13 | 5,77 | 189,03 | 100,04 | 320,58 | 6,55 | | |

Повар И. Азыханова И.И.
 Ответственный по питанию: Василова Л.Р.

Итого: 6436