

Утверждаю
 Директор МБОУ СОШ с.Акшуат
 МО «Барышский район»
 В.А.Лапшова



МЕНЮ

Дата 29.11.2024

№	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевые вещества (г)			"Энергетическая ценность (ккал)"
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
1	Омлет натуральный	29,12	150	12,7	18	3,2	225,5
2	Чай витаминизированный	1,38	200	0,5	0,1	4,6	21,1
3	Банан	18,20	130	2	0,7	27,3	122,9
4	Хлеб пшеничный	2,90	50	3,8	0,4	24,6	117,2
Итого за Завтрак		51,60		19	19,2	59,7	486,7
Обед 1-4 кл							
1	Нарезка овощная «Ассорти»	9,50	60	0,8	0	2,2	12,4
2	Рис отварной	10,43	150	3,6	4,8	36,4	203,5
3	Пельмени "Детские "отварные с бульоном	23,75	200	18	18,7	30,9	364,3
4	Котлеты рыбные запеченные под сметанно-луковым соусом	23,59	90	15,3	10,9	23,7	254,5
5	Компот из фруктовой ягодной смеси	4,10	200	0,5	0,1	12,8	54,6
6	Хлеб ржано-пшеничный	2,60	50	3,3	0,6	19,8	97,8
Итого за Обед		73,97		41,1	35,1	124,7	980,9
Обед 5-11 кл							
1	Нарезка овощная «Ассорти»	9,50	60	0,8	0	2,2	12,4
2	Рис отварной	12,38	180	4,2	5,2	42,9	235
3	Котлеты рыбные запеченные под сметанно-луковым соусом	23,59	90	15,3	10,9	23,7	254,5
4	Пельмени "Детские "отварные с бульоном	23,75	250	22,5	23,4	38,7	455,4
5	Компот из фруктовой ягодной смеси	4,10	200	0,5	0,1	12,8	54,6
6	Хлеб ржано-пшеничный	3,12	60	4	0,7	23,8	117,4
Итого за Обед		76,44		31,3	40,3	93,5	861,5

Повар