

Утверждаю
И. о. директора МБОУ СОШ с.Акшут
МО «Барышский район»
М. В. Челбаева



МЕНЮ

Дата 05.11.2024

№	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	Гастрономия/ сыр порционно	9.30	20	4.64	5.90	0,00	72.80
2	Каша молочная гречневая с маслом сливочным	23.96	250	11.09	15.78	40.80	327.01
3	Какао с молоком	19,26	200	4.68	5.15	22.58	151.45
4	Хлеб пшеничный	3,16	80	6.08	0,64	39.36	177.6
Итого за Завтрак		55,69		26.49	27.47	102.74	728.86
Завтрак 5 – 11 кл бесплатное питание							
1	Тефтели из рыбы тушеные в соусе овощном	30,58	100	12.35	7.9	16.91	143.66
2	Картофельное пюре с маслом сливочным	14,33	180	3.9	11.1	26.42	164.11
3	Компот из смеси сухофруктов С-витаминизированный	7,25	200	0.22	0	19.44	76.75
4	Хлеб ржано-пшеничный	2,30	70	1.84	0.33	23.9	126.7
Итого за Обед		54,46		18.31	19.33	86.67	511.22
Обед 1-4 кл							
1	Салат из капусты белокочанной с огурцом "Зайчик" заправленный растительным маслом	8,17	60	0.77	3.04	2.26	30.97
2	Щи из свежей капусты на бульоне со сметаной	35,80	200/10	1.4	3.96	16.3	171.80
3	Тефтели из рыбы тушеные в соусе овощном	26,08	90	21.12	27.11	35.22	329.30
4	Картофельное пюре с маслом сливочным	17,54	150	3.25	9.25	22.02	138.76
5	Компот из смеси сухофруктов С-витаминизированный	3,17	200	0.22	0	19.44	76.75
6	Хлеб ржано-пшеничный	1,96	70	1.85	0.36	23.94	126.7
Итого за Обед		96,71		28.61	43.72	119.20	874.28
Обед 5-11 кл							
1	Салат из капусты белокочанной с огурцом "Зайчик" заправленный растительным маслом	10.29	100	1.28	5.060	3.760	51.61
2	Щи из свежей капусты на бульоне со сметаной	44,75	250/10	1.76	4.95	7.90	89.70
3	Тефтели из рыбы тушеные в соусе овощном	30,58	100	12.35	7.90	16.91	143.66
4	Картофельное пюре с маслом сливочным	14,33	180	3.90	11.10	26.42	164.11
5	Компот из смеси сухофруктов С-витаминизированный	7,25	200	0.22	0	19.44	76.75
6	Хлеб ржано-пшеничный	3,22	70	1.84	0.33	23.9	126.7
7	Хлеб пшеничный	2,63	50	3.80	0,40	24.3	117.5
Итого за Обед		113,05		25.15	29.74	122.58	770.03

Повар