

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



МЕНЮ

Дата 06.11.2024

| №                        | Прием пищи, наименование блюда  | Цена          | Масса порции | Пищевые вещества (г) |        |        | "Энергетическая ценность (ккал)" |
|--------------------------|---|---------------|--------------|----------------------|--------|--------|----------------------------------|
|                          |   |               |              | Б                    | Ж      | У      |                                  |
| 1                        | 2   | 3             | 4            | 5                    | 6      | 7      | 8                                |
| <b>Завтрак 1-4 кл</b>    |   |               |              |                      |        |        |                                  |
| 1                        | Фрукт порционно/ яблоко 1 шт  | 15,24         | 120-150      | 0,4                  | 0,4    | 10,00  | 42,7                             |
| 2                        | Запеканка творожная с соусом молочным (сладким)                             | 39,02         | 170          | 19,3                 | 30,65  | 61,4   | 431,0                            |
| 3                        | Чай чёрный с лимоном  | 2,29          | 200          | 0,24                 | 0,06   | 15,22  | 58,6                             |
| 4                        | Хлеб пшеничный  | 3,16          | 60           | 4,56                 | 0,48   | 29,52  | 133,2                            |
| <b>Итого за Завтрак</b>  |   | <b>59,71</b>  |              | 24,5                 | 31,6   | 116,2  | 665,5                            |
| <b>Завтрак 5 – 11 кл</b> |   |               |              |                      |        |        |                                  |
| 1                        | Плов с птицей   | 35,33         | 250          | 25.79                | 33.48  | 56.7   | 617.05                           |
| 2                        | Сок фруктовый   | 8,72          | 200          | 0.2                  | 0.3    | 22.2   | 86.4                             |
| 3                        | Хлеб ржано-пшеничный  | 2,74          | 70           | 1.32                 | 0.24   | 17.1   | 90.5                             |
| <b>Итого за Завтрак</b>  |   | <b>46,79</b>  |              | 27.31                | 34.02  | 96     | 793.95                           |
| <b>Обед 1-4 кл</b>       |   |               |              |                      |        |        |                                  |
| 1                        | Салат из свежих помидор и огурцов с луком, заправленный растительным маслом | 6,50          | 60           | 0.77                 | 3.04   | 2.26   | 30.97                            |
| 2                        | Борщ со свежей капустой и картофелем на бульоне                             | 38,89         | 200          | 1.37                 | 2.120  | 8.76   | 59.65                            |
| 4                        | Плов с птицей   | 40,64         | 230          | 16.15                | 17.02  | 48.46  | 407.63                           |
| 5                        | Сок фруктовый   | 8,72          | 200          | 0.2                  | 0.26   | 22.2   | 86.4                             |
| 6                        | Хлеб ржано-пшеничный  | 1,96          | 50           | 1.32                 | 0.24   | 17.10  | 90.5                             |
| <b>Итого за Обед</b>     |   | <b>96.71</b>  |              | 19.380               | 21.690 | 98.260 | 672.3                            |
| <b>Обед 5-11 кл</b>      |   |               |              |                      |        |        |                                  |
| 1                        | Салат из свежих помидор и огурцов с луком, заправленный растительным маслом | 10,83         | 100          | 0.60                 | 3.14   | 2.90   | 48.16                            |
| 2                        | Борщ со свежей капустой и картофелем  | 48,61         | 250          | 2.34                 | 2.65   | 10.95  | 74.56                            |
| 3                        | Плов с птицей   | 35,33         | 250          | 25.79                | 33.48  | 56.70  | 617.05                           |
| 5                        | Сок фруктовый   | 8,72          | 200          | 0.2                  | 0.3    | 22.2   | 86.4                             |
| 6                        | Хлеб ржано-пшеничный  | 2,74          | 70           | 1.32                 | 0.24   | 17.10  | 90.5                             |
| 7                        | Хлеб пшеничный  | 2,02          | 50           | 30.25                | 39.77  | 109.85 | 916.66                           |
| <b>Итого за Обед</b>     |   | <b>108,25</b> |              | 2.34                 | 2.65   | 10.95  | 74.56                            |

Повар