

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