

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



МЕНЮ

Дата 07.11.2024

| № | 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 | Салат «Петрушка» из моркови с сыром | 8,65 | 100 | 6.71 | 12.42 | 4.82 | 158.06 |
| 2 | Картофельная запеканка с рублеными мясными изделиями под соусом сметанным | 33,79 | 200 | 12.52 | 13.57 | 37.12 | 329.52 |
| 3 | Сок фруктовый | 9,60 | 200 | 0.20 | 0.26 | 22.20 | 86.39 |
| 4 | Хлеб пшеничный | 2,42 | 80 | 6.08 | 0.64 | 39.36 | 177.6 |
| Итого за Завтрак | | 54,46 | | 25.51 | 26.89 | 103.50 | 751.57 |
| Завтрак 5 – 11 кл бесплатное питание | | | | | | | |
| 1 | Биточки "Детские" тушеные под овощным соусом | 33,25 | 100 | 15.32 | 16.67 | 16.57 | 278.72 |
| 2 | Гороховое пюре с маслом сливочным | 8,70 | 180 | 20.71 | 3.43 | 45.74 | 300.55 |
| 3 | Компот из смеси сухофруктов С- витаминизированный | 4,15 | 200 | 0.22 | 0 | 19.44 | 76.75 |
| 4 | Хлеб ржано-пшеничный | 2,74 | 70 | 1.84 | 0.33 | 23.9 | 126.7 |
| Итого за Завтрак | | 48,84 | | 38.09 | 20.43 | 105.65 | 782.72 |
| Обед 1-4 кл | | | | | | | |
| 1 | Винегрет овощной, заправленный растительным маслом | 10,43 | 60 | 0.95 | 3.10 | 5.17 | 52.68 |
| 2 | Суп овощной на бульоне | 30,42 | 200 | 2.0 | 5.2 | 9.0 | 88.1 |
| 3 | Биточки "Детские" тушеные под овощным соусом | 29,93 | 90 | 13.79 | 15.01 | 14.92 | 250.85 |
| 4 | Гороховое пюре с маслом сливочным | 7,25 | 150 | 17.26 | 2.85 | 38.12 | 250.46 |
| 5 | Компот из смеси сухофруктов С- витаминизированный | 4,15 | 200 | 0.22 | 0 | 19.44 | 76.75 |
| 6 | Кондитерское изделие/ Печенье | 12,57 | 30 | 1.7 | 2.26 | 13.8 | 78.89 |
| 7 | Хлеб ржано-пшеничный | 1,96 | 70 | 1.85 | 0.36 | 23.94 | 126.7 |
| Итого за Обед | | 96.71 | | 37.74 | 28.76 | 124.4 | 924.47 |
| Обед 5-11 кл | | | | | | | |
| 1 | Винегрет овощной, заправленный растительным маслом | 17,38 | 100 | 1.58 | 5.17 | 8.61 | 87.80 |
| 2 | Суп овощной на бульоне с гречками пшеничными | 30,13 | 250/50 | 7.25 | 7.0 | 42.00 | 256.62 |
| 3 | Биточки "Детские" тушеные под овощным соусом | 33,25 | 100 | 15.32 | 16.67 | 16.57 | 278.72 |
| 4 | Гороховое пюре с маслом сливочным | 8,70 | 180 | 20.71 | 3.43 | 45.74 | 300.55 |
| 5 | Компот из смеси сухофруктов С- витаминизированный | 4,15 | 200 | 0.22 | 0 | 19.44 | 76.75 |
| 6 | Кондитерское изделие/ Печенье | 12,57 | 30 | 1.7 | 2.26 | 13.8 | 78.89 |
| 7 | Хлеб ржано-пшеничный | 2,74 | 70 | 1.84 | 0.33 | 23.9 | 126.7 |
| 8 | Хлеб пшеничный | 2,02 | 50 | 3.80 | 0.40 | 24.3 | 117.5 |
| Итого за Обед | | 110,94 | | 52.42 | 35.26 | 194.31 | 1323.53 |

Повар