



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ АР СОШ№2

И.Д.Колыбельникова

2022г.

МЕНЮ 1-4 классы (2 неделя) Осень-зима

«03» марта 2022г

ЗАВТРАК 4

| Прием пищи, наименование блюда | масса порции, г. | Пищевые вещества, г | | | Энергетическая ценность, ккал | Цена,руб |
|-----------------------------------|------------------------|---------------------|---------------|---------------|----------------------------------|--------------|
| | | белки | жиры | углеводы | | |
| Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 6,34 | 5,275 | 28,615 | 187,05 | 13,42 |
| Гуляш из говядины | 50/25 | 2,6 | 2,4 | 58,4 | 240 | 42,50 |
| Хлеб пшеничный/йодированный | 30 | 2,736 | 0,216 | 18,83 | 83,88 | 1,49 |
| Кофейный напиток на молоке | 200 | 1,33 | 1,5 | 12,77 | 149,1 | 10,40 |
| Итого | 430 | 21,126 | 23,951 | 92,995 | 660,03 | 67,81 |

ОБЕД 4

| Прием пищи, наименование блюда | масса порции, г. | Пищевые вещества, г | | | Энергетическая ценность, ккал | Цена,руб |
|--|------------------------|---------------------|--------------|----------------|----------------------------------|--------------|
| | | белки | жиры | углеводы | | |
| Борщ на курином бульоне со сметаной | 250/25 | 5,12 | 3,89 | 18,06 | 128,06 | 22,57 |
| Котлета из куриного филе | 80 | 18,2 | 18,4 | 0,7 | 241 | 22,74 |
| Каша гречневая | 150 | 7,2 | 3,68 | 40 | 202 | 13,42 |
| Огурец квашенный | 30 | 0,257 | 0 | 0,793 | 12,6 | 4,32 |
| Хлеб йодированный | 40 | 2,4 | 0,5 | 22,4 | 105 | 1,98 |
| Хлеб ржаной | 20 | 1,9 | 0,15 | 10,35 | 58,5 | 0,99 |
| Чай с сахаром, с лимоном | 200 | | | 14 | 60 | 4,00 |
| Итого | 720 | 35,077 | 26,62 | 106,303 | 807,16 | 70,02 |

Итого за день

Завтраков 61,01 руб _____

Обедов 61,01 руб. _____

Заведующий производством _____ А.С. Ересенко

