

УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБОУ АР СОШ №2
 И.Д.Колыбельникова
 « » 2022г.

МЕНЮ ОБЗ

1-4 классы (1 неделя) Осень - Зима

ЗАВТРАК 5

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена, руб
		белки	жиры	углеводы		
Плов из филе	200	12	11,9	28,4	269	39,41
Огурец квашенный	30	0,257	0	0,793	4,46	4,32
Батон	25	2,736	0,216	18,83	83,88	1,97
Масло сливочное	10	0,08	7,82	0,06	73,3	5,7
Чай с сахаром, с лимоном	200	0	0	14	60	4,00
Сыр твердый	15	4,64	5,91	0	72	6,88
Итого	465	15,073	19,936	62,083	490,64	55,40

ОБЕД 5

Прием пищи, наименование блюда	масса порции , г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена, руб
		белки	жиры	углеводы		
Рассольник со сметаной на курином бульоне	200/25	2,38	1,836	17	94,38	19,70
Биточки мясные из говядины	60	11,9	10,8	12	196	24,79
Каша пшеничная	150	4,3	6,9	24,8	183	9,51
Компот из сухофруктов с вит. «С»	200	0,31	0	35	143	3,94
Хлеб йодированный	40	2,4	0,5	22,4	105	1,98
Итого	700	21,29	20,036	124,4	721,38	59,92

Заведующий производством _____ А.С. Ересенко

