

УТВЕРЖДАЮ



Директор МБОУ АР СОШ №2

И.Д.Колыбельникова

2022г.

МЕНЮ ОБЗ

1-4 классы (2 неделя) Осень-зима

ЗАВТРАК 1

| Прием пищи, наименование блюда | масса порции, г. | Пищевые вещества, г | | | Энергетическая ценность, ккал | Цена,руб |
|-----------------------------------|------------------------|---------------------|---------------|---------------|----------------------------------|--------------|
| | | белки | жиры | углеводы | | |
| Каша манная на молоке | 250 | 2,99 | 3,475 | 29,45 | 206,74 | 13,34 |
| Батон | 25 | 2,736 | 0,216 | 18,83 | 83,88 | 1,97 |
| Масло сливочное | 10 | 0,08 | 7,82 | 0,06 | 73,3 | 5,70 |
| Сыр | 15 | 3,8 | 4,8 | 0 | 60 | 6,88 |
| Яйцо вареное | 40 | 15,11 | 8,54 | 69,12 | 62,8 | 8,20 |
| Чай с сахаром, с лимоном | 200 | 0 | 0 | 14 | 60 | 4,00 |
| Сок витаминизированный | 200 | 0,2 | | 19 | 99 | 16,00 |
| Итого | 740 | 24.916 | 24.851 | 150.46 | 645.72 | 56,09 |

ОБЕД 1

| Прием пищи, наименование блюда | масса порции, г. | Пищевые вещества, г | | | Энергетическая ценность, ккал | Цена,руб |
|------------------------------------------------|------------------------|---------------------|---------------|----------------|----------------------------------|--------------|
| | | белки | жиры | углеводы | | |
| Суп картофельный с рисом на курином бульоне | 250/25 | 7,075 | 6,08 | 17,232 | 152,18 | 18,44 |
| Макароны отварные | 150 | 5,652 | 4,461 | 21 | 207,08 | 7,62 |
| Тефтели из говядины с соусом, овощами | 60/30 | 2,6 | 2,4 | 58,4 | 240 | 23,33 |
| Чай с сахаром, с лимоном | 200/7/15 | 0 | 0 | 14 | 60 | 4,00 |
| Хлеб йодированный | 40 | 2,4 | 0,5 | 22,4 | 105 | 1,98 |
| Итого | 700 | 17,727 | 13,441 | 133,032 | 764,26 | 55,37 |

Заведующий производством

А.С. Ересенко

