

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ АР СОШ№2

И.Д.Колыбельникова

2022г.

МЕНЮ ОБЗ (2 недели) Осень – Зима

(5-11 класс)

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	13,43
Гуляш из говядины	50/25	6,26	8,81	7,2	61,88	40,05
Кофейный напиток на молоке	200	0	0	14	56	10,52
Хлеб пшеничный/йодированный	40	2,736	0,216	18,83	83,88	1,98
Итого	510	15,903	14,301	90,438	467,03	65,98

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	22,67
Котлета из куриного филе	70	21,91	23,29	11,35	342,54	21,29
Каша гречневая	150	7,2	3,68	40	202	13,43
Чай с сахаром, с лимоном	200	0,18	0,18	28,362	116,91	4,09
Хлеб йодированный	40	2,4	0,5	22,4	105	1,98
Итого	740	38,47	33,69	131,5	736,46	63,46

Итого за день 112 руб.

Заведующий производством _____

А.С. Ересенко

