



Директор МБОУ АР СОШ №2

И.Д.Колыбельникова
2022г.

МЕНЮ 1-4 классы (1 неделя) Осень – Зима

«10» января 2022г

ЗАВТРАК 1

| Прием пищи, наименование блюда | масса порции, г. | Пищевые вещества, г | | | Энергетическая ценность, ккал | Цена, руб |
|-----------------------------------|------------------------|---------------------|--------|----------|----------------------------------|-----------|
| | | белки | жиры | углеводы | | |
| Макаронны отварные с сыром | 1/150/20 | 5,652 | 4,461 | 21 | 207,08 | 16,22 |
| Зеленый горошек | 50 | 0,257 | 0 | 0,793 | 12,6 | 5,75 |
| 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 |
| Яйцо отварное | 40 | 15,11 | 8,54 | 69,12 | 62,8 | 8,20 |
| Чай с сахаром, с лимоном | 200 | 0 | 0 | 14 | 56 | 4,00 |
| Сок витаминизированный | 200 | 0,2 | | 19 | 99 | 16,0 |
| Итого | 675 | 24,035 | 21,037 | 142,803 | 594,66 | 57,84 |

ОБЕД 1

| Прием пищи, наименование блюда | масса порции, г. | Пищевые вещества, г | | | Энергетическая ценность, ккал | Цена, руб |
|---|------------------------|---------------------|-------|----------|----------------------------------|-----------|
| | | белки | жиры | углеводы | | |
| Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне | 250/25 | 2,032 | 4,19 | 12,95 | 98,29 | 22,57 |
| Пюре картофельное | 150/10 | 2,2 | 5,8 | 18,9 | 134 | 14,63 |
| Рыба (навага) тушеная с овощами | 50/30 | 18 | 15,9 | 0,5 | 158,0 | 13,90 |
| Компот из сухофруктов с вит «С» | 200 | 0,5 | 0 | 31,5 | 64 | 3,94 |
| 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 |
| Итого | 710 | 27,032 | 26,54 | 96,60 | 617,79 | 58,01 |

Итого за день

Завтраков **61,01 руб** _____

Обедов **61,01 руб.** _____

Заведующий производством _____

А.С. Ересенко

