

УТВЕРЖДАЮ



Директор МБОУ АР СОШ №2

И.Д.Колыбельникова

2022г.

МЕНЮ ОБЗ

1-4 классы (1 неделя) Осень – Зима

ЗАВТРАК 1

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена,руб
		белки	жиры	углеводы		
Макароны 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
Сок витаминизированный	200	0,2		19	99	16,0
Итого	475	24,035	21,037	128,803	538,66	53,84

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

Заведующий производством _____ А.С. Ересенко

