



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ АР СОШ№2

И.Д.Колыбельникова

2022г.

Льготное меню (1 неделя) Осень – Зима

«07» февраля 2022г

«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 |
| 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 |
| | | 5,08 | 4,60 | 0,28 | 63,00 | |
| Яйцо отварное | 40 | | | | | 8,20 |
| Чай с сахаром, с лимоном | 200 | 0 | 0 | 14 | 56 | 4,09 |
| Сок витаминизированный | 200 | 0,2 | | 19 | 80 | 16,0 |
| Итого | 540 | 16,595 | 16,137 | 82,343 | 567,72 | 52,18 |

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 | 22,67 |
| Пюре картофельное | 150/10 | 2,2 | 5,8 | 18,9 | 134 | 14,64 |
| Рыба (навага) тушеная с овощами | 50 | 16,7 | 8,9 | 3,1 | 159,8 | 13,90 |
| Компот из сухофруктов с вит «С» | 200 | 0,18 | 0,18 | 28,362 | 116,91 | 5,21 |
| Хлеб йодированный | 40 | 2,4 | 0,5 | 22,4 | 105 | 1,98 |
| Итого | 740 | 28,22 | 15,97 | 136,472 | 690,25 | 58,40 |

Итого за день

Завтраков 56,00 руб _____

Обедов 56,00 руб. _____

Заведующий производством _____

А.С. Ерсенко

