



**УТВЕРЖДАЮ**

Директор МБОУ АР СОШ №2

И.Д.Колыбельникова

2022г.

**ЛЬГОТНОЕ МЕНЮ (1 неделя) Осень - Зима**

**«09» февраля 2022г**

**ЗАВТРАК 3**

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена, руб
		белки	жиры	углеводы		
Запеканка творожная со сметаной	135/15	28,45	8,54	25,77	177,88	36,88
Хлеб пшеничный	30	2,4	0,5	22,4	105	1,49
Чай с сахаром, с лимоном	200	0	0	14	56	4,09
Фрукты свежие	1/200	0,9	0,1	9,4	47	18,0
<b>Итого</b>	<b>430</b>	<b>31,75</b>	<b>9,14</b>	<b>71,57</b>	<b>385,88</b>	<b>60,46</b>

**ОБЕД 3**

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	176,4	18,45
Макароньы отварные	150	5,652	4,461	21	207,08	10,47
Котлета из куриного филе	<b>70</b>	<b>21,91</b>	<b>23,29</b>	<b>11,35</b>	<b>207,9</b>	<b>21,29</b>
Компот из сухофруктов с вит "С"	200	0,31	0	35	143	5,21
Хлеб пшеничный	40	2,4	0,5	22,4	72,9	1,98
<b>Итого</b>	<b>740</b>	<b>39,405</b>	<b>35,72</b>	<b>128,192</b>	<b>771,8</b>	<b>57,40</b>

**Итого за день**

**Завтраков 56,00 руб** \_\_\_\_\_

**Обедов 56,00 руб.** \_\_\_\_\_

Заведующий производством \_\_\_\_\_ А.С. Ересенко

