



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ АР СОШ №2

И.Д. Косыбелинкова

2022г.

МЕНЮ 1-4 классы (2 недели) Весна-Лето

«14» апреля 2022г

ЗАВТРАК 4

Пример пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена, руб
		белки	жиры	углеводы		
Зеленый горошек	60	1,8	2,34	3,78	36	7,59
Плов из куриного филе	200	15,2	13,0	36,2	333	39,23
Масло сливочное	10	0,08	8,3	0,06	77,0	4,5
Батон	30	2,736	0,6	14,49	70,14	2,36
Сыр твердый	15	3,8	3,8	4,9	60,0	7,04
Чай с сахаром, с лимон	200/7/15	0,2	0	15,2	60	4,77
Итого	537	23,816	28,04	74,63	636,14	63,51

ОБЕД 4

Пример пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена, руб
		белки	жиры	углеводы		
Нарезка из свежих овощей	40	0,84	0,06	3,54	22,8	7,6
Суп гороховый	250	6,2	3,6	22,3	167,00	8,9
Рис отварной с маслом	150/10	3,75	6,15	18,55	228,0	7,78
Куриное филе приготовленное на пару	50/50	32,13	20,41	3,996	302,4	21,58
Компот из сульфруктов с витамином С	200	0,6	0	31,40	124,00	6,47
Хлеб вчерашний	40	2,0	0,3	11,0	47,3	1,98
Хлеб ржаной	20	2,0	0,1	10,0	58,3	0,90
Итого	810	47,32	30,82	120,786	945,2	33,26

Итого за день

Завтрак 61,01 руб

Обед 61,01 руб

Заведующий производством _____ А.С. Громова

