

Согласовано
 Директор МБОУ "Алексеевская СОШ № 3" им. Г. С. Боровикова
 Алексеевского муниципального района
 Шакирова Д. Д.

Утверждаю
 Председатель СПОСПК "Эдем"
 Турнина А. А.

МЕНЮ
Вторник (неделя 2)

ЗАВТРАК

| Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|---|--------------|----------------------|--------|----------|--------------------------------|
| | 1-4 классы | Белки | Жиры | Углеводы | |
| Фрукт | 100 | 0,4 | 0,4 | 7,35 | 46,6 |
| Плов из говядины | 200 | 15,7 | 18,9 | 35,5 | 374,74 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 71 |
| Хлеб ржан-пшеничный | 20 | 1 | 0,2 | 9 | 44 |
| Чай с сахаром и лимоном | 185/10/5 | 0,045 | 0,005 | 15,12 | 60,7 |
| Цена завтрака / Итого за завтрак | 55,55 | 19,425 | 19,745 | 81,73 | 597,04 |

| Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|---|--------------|----------------------|--------|----------|--------------------------------|
| | 5-11 классы | Белки | Жиры | Углеводы | |
| Фрукт | 100 | 0,4 | 0,4 | 7,35 | 46,6 |
| Плов из говядины | 230 | 18,05 | 21,7 | 40,8 | 430,9 |
| Хлеб пшеничный /ржано-пшеничный | 60 | 4,56 | 0,48 | 29,52 | 142 |
| Чай с сахаром и лимоном | 185/10/5 | 0,045 | 0,005 | 15,12 | 60,7 |
| Цена завтрака / Итого за завтрак | 60,00 | 23,055 | 22,585 | 92,79 | 680,2 |
| Родительская плата (за минусом субсидии 8,30 рублей) | 51,70 | | | | |

ОБЕД

| Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|---|--------------|----------------------|-------|----------|--------------------------------|
| | 1-4 классы | Белки | Жиры | Углеводы | |
| Салат из моркови | 60 | 0,73 | 6,04 | 8,414 | 91 |
| Борщ с капустой и картофелем на мкб со сметаной | 225/15/10 | 7,5 | 7,99 | 23,09 | 184 |
| Макароны отварные со сливочным маслом | 150 | 5,47 | 6,37 | 29,1 | 195,61 |
| Кнели куриные с соусом | 80/20 | 11,9 | 8,1 | 11,95 | 168,3 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,9 |
| Хлеб ржан-пшеничный | 20 | 1 | 0,2 | 9 | 44 |
| Кисель | 200 | 0 | 0 | 20,9 | 83,9 |
| Цена обеда/ Итого за обед | 80,00 | 28,12 | 28,86 | 112,294 | 813,71 |

| Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|---|--------------|----------------------|-------|----------|--------------------------------|
| | 5-11 классы | Белки | Жиры | Углеводы | |
| Салат из моркови | 50 | 0,61 | 5,6 | 7 | 80,84 |
| Борщ с капустой и картофелем на мкб со сметаной | 225/15/10 | 7,5 | 7,99 | 23,09 | 184 |
| Макароны отварные со сливочным маслом | 180 | 6,84 | 8,95 | 41,2 | 244,8 |
| Кнели куриные с соусом | 90/20 | 12,7 | 10,53 | 15,3 | 206,77 |
| Хлеб пшеничный /ржано-пшеничный | 60 | 4,46 | 0,48 | 22,52 | 113,6 |
| Кисель | 200 | 0 | 0 | 20,9 | 83,9 |
| Цена обеда/ Итого за обед | 86,00 | 32,11 | 33,55 | 130,01 | 913,91 |

МЕНЮ за счёт бюджетных средств

| Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|---------------------------------|-------------|----------------------|-------|----------|--------------------------------|
| | | Белки | Жиры | Углеводы | |
| Рис отварной с соусом | 150/20 | 3,834 | 5,42 | 31,6 | 210 |
| Хлеб пшеничный/ ржано-пшеничный | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 71 |
| Чай с сахаром | 190/10 | 0,021 | 0,005 | 14,975 | 60 |

Технолог-калькулятор _____ Новикова Н.Н.
 Старший повар _____