

Согласовано:

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

Председатель СПОСПК "Эдем"

Турнина А. А.



МЕНЮ
Пятница (неделя 2) Т

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Выход блюда 1-4 классы	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Винегрет овощной	60	1,02	6,1	6,8	86,2
Плов из птицы	200	14,7	12,6	38,9	327,8
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,33
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	64,19	18,285	19,065	79,66	566,03

Наименование блюда	Выход блюда 5-11 классы	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Винегрет овощной	50	1	5,8	6,6	86,1
Плов из птицы	220	16,96	17,06	47,04	409,54
Хлеб пшеничный /ржано-пшеничный	60	3,8	0,48	22,42	140,4
Чай с сахаром и лимоном	185/10/5	0,045	0,005	15,12	60,7
Цена завтрака / Итого за завтрак	60,00	21,805	23,345	91,18	696,74
Родительская плата (за минусом субсидии 8,80 рублей)	51,20				

ОБЕД

Наименование блюда	Выход блюда 1-4 классы	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Огурцы свежие с маслом	60	1,5	6,8	5,1	87,7
Щи из свежей капусты с картофелем на мкб со сметаной	225/15/10	7,5	8,5	18,2	187,7
Каша пшеничная рассыпчатая	150	6,9	4,6	37,9	220,6
Курица тушеная с овощами	80/30	14	8,65	17,6	182
Хлеб пшеничный	20	0,69	0,16	9,84	47,33
Хлеб ржан-пшеничный	20	1	0,2	9	44
Кисель	200	0	0	20,9	83,9
Цена обеда/ Итого за обед	80,00	28,1	28,91	118,54	853,23

Наименование блюда	Выход блюда 5-11 классы	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Огурцы свежие с маслом	50	0,8	4,5	4,25	60,65
Щи из свежей капусты с картофелем на мкб со сметаной	225/15/10	7,5	8,5	18,2	187,7
Каша пшеничная рассыпчатая	180	6,97	5,95	45,48	263,35
Курица тушеная с овощами	80/30	14	11,2	17,6	227,2
Хлеб пшеничный /ржано-пшеничный	60	3,8	0,48	22,42	172
Кисель	200	0	0	20,9	83,9
Цена обеда/ Итого за обед	86,00	33,07	30,63	128,85	994,8

МЕНЮ за счёт бюджетных средств

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Макароны отварные с соусом	150/20	5,47	6,37	34,34	204
Чай с сахаром	190/10	0,021	0,005	14,975	60
Хлеб пшеничный /ржано-пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	71

Технолог-калькулятор: _____ Новикова Н.Н.

Старший повар: _____