



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



Утверждаю:  
 Председатель СПОСПК "Эдем"  
 Турнина А. А.

**МЕНЮ**  
 Пятница (неделя 2)

**ЗАВТРАК**

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	1-4 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Зеленый горошек	60	1,05	2,07	2,47	32,71
Картофель тушеный	150	6,41	2,6	22,1	137,44
Котлета из говядины	90	9,13	12,5	12,16	212,4
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,33
Хлеб ржан-пшеничный	20	1	0,2	9	44
Кондитерское изделие	20	1	2,29	12,4	74,21
Чай с сахаром	180/15	0,021	0,005	14,975	60
<b>Цена завтрака / Итого за завтрак</b>	<b>53,41</b>	<b>20,131</b>	<b>19,825</b>	<b>82,945</b>	<b>608,09</b>

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	5-11 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Зеленый горошек	100	1,75	3,45	4,12	54,52
Картофель тушеный	180	7,69	5,12	36,61	219
Котлета из говядины	100	9,2	13,92	13,52	236
Хлеб пшеничный /ржано-пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	142
Чай с сахаром	200/15	0,021	0,005	14,975	60
<b>Цена завтрака / Итого за завтрак</b>	<b>48,00</b>	<b>23,221</b>	<b>22,975</b>	<b>98,745</b>	<b>711,52</b>
<b>Родительская плата (за минусом субсидии 8,00 рублей)</b>	<b>40,00</b>				

**ОБЕД**

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	1-4 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Салат из моркови с изюмом	60	0,71	4,05	4,1	55,85
Щи из свежей капусты с картофелем на мкб со сметаной	225/15/10	7,5	8,5	18,2	187,7
Пюре гороховое	150	5,12	4,42	37,9	211,86
Гуляш из говядины	50/50	10,58	12,95	7,985	190,81
Хлеб пшеничный	20	0,69	0,16	9,84	47,33
Хлеб ржан-пшеничный	20	1	0,2	9	44
Кисель	200	0	0	35,94	118
<b>Цена обеда/ Итого за обед</b>	<b>62,00</b>	<b>25,6</b>	<b>28,93</b>	<b>122,965</b>	<b>855,55</b>

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	5-11 классы	Белки	Жиры	Углеводы	
Салат из моркови с изюмом	100	4,28	3,89	10,3	93,33
Щи из свежей капусты с картофелем на мкб со сметаной	225/15/10	7,5	8,5	18,2	187,7
Пюре гороховое	180	6,14	6,98	45,4	268,98
Гуляш из говядины	50/50	10,58	12,95	7,985	190,81
Хлеб пшеничный /ржано-пшеничный	60	4,56	0,48	22,42	140,4
Кисель	200	0	0	35,94	118
<b>Цена обеда/ Итого за обед</b>	<b>66,00</b>	<b>33,06</b>	<b>32,8</b>	<b>140,245</b>	<b>999,22</b>

**МЕНЮ на 8,00 рублей**

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Макароны отварные с маслом	150	5,47	6,37	34,34	204
Соус томатный с овощами	30	0,3	1,5	1,8	21,9
Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	71
Чай с сахаром	180/15	0,021	0,005	14,975	60

Технолог-калькулятор: \_\_\_\_\_ Новикова Н.Н.  
 Старший повар: Самойлова А.А.