

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



Утверждаю:  
 Председатель СПОСПК "Эдем"



Турнина А. А.

**МЕНЮ**  
 Среда (неделя 1)

**ЗАВТРАК**

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		1-4 классы	Белки	Жиры	
Фрукт	100	0,4	0,4	7,35	46,6
Рис отварной	150	3,834	5,42	31,6	210
Котлета из птицы с соусом	80/20	10,6	12,11	6,58	177,71
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	71
Хлеб ржан-пшеничный	20	1	0,2	9	44
Чай с сахаром и яблоками	180/10/10	0,2	0,5	15,7	65,3
<b>Цена завтрака / Итого за завтрак</b>	<b>55,55</b>	<b>18,314</b>	<b>18,87</b>	<b>84,99</b>	<b>614,61</b>

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		5-11 классы	Белки	Жиры	
Фрукт	100	0,4	0,4	7,35	46,6
Рис отварной	180	4,44	8,04	44,67	264
Котлета из птицы с соусом	90/20	11,9	12,7	6,59	216,26
Хлеб пшеничный /ржано-пшеничный	60	4,56	0,48	23,18	115,28
Чай с сахаром и яблоками	180/10/10	0,2	0,5	15,7	65,3
<b>Цена завтрака / Итого за завтрак</b>	<b>55,50</b>	<b>21,5</b>	<b>22,12</b>	<b>97,49</b>	<b>707,44</b>
<b>Родительская плата (за минусом субсидии 8,30 рублей)</b>	<b>47,20</b>				

**ОБЕД**

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		1-4 классы	Белки	Жиры	
Салат из белокачанной капусты	60	0,93	3,05	18,645	105,75
Рассольник Ленинградский на мкб со сметаной	225/15/10	7,02	8,2	18,95	191,3
Плов с говядиной (крупа гречневая)	200	16,8	15,74	34,36	346,3
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	71
Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0,2	9	44
Чай с сахаром и курагой	180/10/7	0,2	1,5	15,7	65,3
<b>Цена обеда/ Итого за обед</b>	<b>73,59</b>	<b>28,23</b>	<b>28,93</b>	<b>111,415</b>	<b>823,65</b>

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		5-11 классы	Белки	Жиры	
Салат из белокачанной капусты	50	0,78	2,75	8,56	62,11
Рассольник Ленинградский на мкб со сметаной	225/15/10	7,02	8,2	18,95	191,3
Плов с говядиной (крупа гречневая)	230	19,32	18,1	54,72	479,06
Хлеб пшеничный /ржано-пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	142
Чай с сахаром и курагой	180/10/7	0,2	1,5	15,7	65,3
<b>Цена обеда/ Итого за обед</b>	<b>78,56</b>	<b>31,88</b>	<b>31,03</b>	<b>127,45</b>	<b>939,77</b>

**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: Солу / Шакирова Д.Д.