

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**  
Суббота (неделя 1)

**ЗАВТРАК**

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		1-4 классы	Белки	Жиры	
Салат из свежей капусты с огурцами	60	1,67	4,71	6,16	73,77
Картофельное пюре	150	3,43	7,1	21,1	146
Рыба припущенная с овощами	90/30	9,33	6,33	10,2	135,09
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	71
Хлеб ржан-пшеничный	20	1	0,2	9	44
Кондитерское изделие	15	0,38	0,5	7,95	41,55
Чай с сахаром и яблоками	175/15/10	0,2	0,5	15,7	65,3
<b>Цена завтрака / Итого за завтрак</b>	<b>53,41</b>	<b>18,29</b>	<b>19,58</b>	<b>84,87</b>	<b>576,71</b>

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		5-11 классы	Белки	Жиры	
Салат с картофелем, морковью и зеленым горошком	100	2,78	7,85	10,26	122,9
Картофельное пюре	180	4,65	8,08	26,43	197,04
Рыба припущенная с овощами	90/30	9,33	6,49	10,2	136,53
Хлеб пшеничный /ржано-пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	142
Чай с сахаром и яблоками	175/15/10	0,2	0,5	15,7	65,3
<b>Цена завтрака / Итого за завтрак</b>	<b>48,00</b>	<b>21,52</b>	<b>23,4</b>	<b>92,11</b>	<b>663,77</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	
Салат из свеклы отварной	60	0,87	4,05	9,21	53,82
Суп картофельный с клецками на мкб со сметаной	225/15/10	6,59	7,62	24,45	232
Каша гречневая рассыпчатая	150	6,73	7,15	26,7	172
Курица тушеная с овощами	60/30	10,5	7,11	13,2	161,76
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,33
Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0,2	9	44
Компот из свежих плодов	200	0,17	0,17	19,18	76,8
<b>Цена обеда/ Итого за обед</b>	<b>62,00</b>	<b>27,38</b>	<b>26,46</b>	<b>111,58</b>	<b>787,71</b>

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		5-11 классы	Белки	Жиры	
Салат из свеклы отварной	100	1,45	6,75	15,36	89,7
Суп картофельный с клецками на мкб со сметаной	225/15/10	6,59	7,62	24,45	232
Каша гречневая рассыпчатая	180	8,23	9,09	39,6	204
Курица тушеная с овощами	70/30	12,02	8,29	12,4	172,29
Хлеб пшеничный /ржано-пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	142
Компот из свежих плодов	200	0,17	0,17	19,18	76,8
<b>Цена обеда/ Итого за обед</b>	<b>66,00</b>	<b>33,02</b>	<b>32,4</b>	<b>140,51</b>	<b>916,79</b>

**МЕНЮ на 8,00 рублей**

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Картофельное пюре	150	3,43	7,1	21,1	146
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: Сау / Самонкина Д.Д.