

Согласовано:

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

Шакирова Д. Д.

Утверждаю:

Председатель СПОСПК "Эдем"

Турнина А. А.

МЕНЮ
Четверг (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 |
| Каша молочная геркулесовая со сливочным маслом | 200/5/10 | 7,3 | 10,39 | 16,43 | 188,4 |
| Перемяч печеный с мясом | 60 | 8,11 | 8,95 | 24,53 | 192 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 71 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1 | 0,2 | 9 | 44 |
| Чай с сахаром | 190/10 | 0,021 | 0,005 | 14,975 | 60 |
| Цена завтрака / Итого за завтрак | 55,55 | 19,111 | 20,185 | 87,045 | 602 |

| Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|---|--------------|----------------------|---------------|---------------|--------------------------------|
| | | 5-11 классы | Белки | Жиры | |
| Фрукт | 100 | 1,69 | 2,1 | 13 | 77,7 |
| Каша молочная геркулесовая со сливочным маслом | 200/5/10 | 7,3 | 10,39 | 16,43 | 188,4 |
| Перемяч печеный с мясом | 60 | 8,11 | 8,95 | 24,53 | 192 |
| Хлеб пшеничный /ржано-пшеничный | 60 | 4,56 | 0,48 | 29,52 | 142 |
| Чай с сахаром | 190/10 | 0,021 | 0,005 | 14,975 | 60 |
| Цена завтрака / Итого за завтрак | 60,00 | 21,681 | 21,925 | 98,455 | 660,1 |
| 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 | |
| Салат из моркови | 60 | 0,73 | 6,04 | 8,414 | 91 |
| Суп с макаронными изделиями на мкб со сметаной | 225/15/10 | 8,36 | 6,33 | 27,44 | 200 |
| Рагу из птицы | 200 | 14,153 | 14,928 | 34,9 | 330,56 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 71 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1 | 0,2 | 9 | 44 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 0,54 | 0 | 17,58 | 70,53 |
| Цена обеда/ Итого за обед | 80,00 | 27,063 | 27,738 | 112,094 | 807,09 |

| Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|--|--------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| | | 5-11 классы | Белки | Жиры | |
| Салат из моркови | 50 | 0,6 | 5,03 | 7 | 75,67 |
| Суп с макаронными изделиями на мкб со сметаной | 225/15/10 | 8,36 | 6,33 | 27,44 | 200 |
| Рагу из птицы | 220 | 16,66 | 19,07 | 46,6 | 424,67 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 60 | 4,56 | 0,48 | 29,52 | 172 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 0,54 | 0 | 17,58 | 70,53 |
| Цена обеда/ Итого за обед | 86,00 | 30,72 | 30,91 | 128,14 | 942,87 |

МЕНЮ за счёт бюджетных средств

| Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|---------------------------------|-------------|----------------------|-------|----------|--------------------------------|
| | | Белки | Жиры | Углеводы | |
| Гречка отварная с соусом | 150/20 | 5,2 | 4,3 | 24,3 | 156,7 |
| 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: 