



Согласовано:
 Директор МБОУ «Видярская СОШ»
 Алексеевского муниципального района РТ
 Чугуров А.А.



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

МЕНЮ
 Пятница (неделя 1)

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		1-4 классы	Белки	Жиры	
Помидоры свежие	60	0,66	0,12	2,28	14
Плов из птицы	200	15,95	19,9	38,9	398,5
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	71
Хлеб ржан-пшеничный	20	1	0,2	9	44
Хлеб ржан-пшеничный	180/15/5	0,045	0,005	15,12	60,7
Чай с сахаром и лимоном	53,41	19,935	20,465	80,06	588,2
Цена завтрака / Итого за завтрак					

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		5-11 классы	Белки	Жиры	
Винегрет	100	1,55	3,6	9,4	76,2
Плов из птицы	220	16,9	20,05	42,79	419,21
Хлеб пшеничный /ржано-пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	142
Хлеб пшеничный /ржано-пшеничный	180/15/5	0,045	0,005	15,12	60,7
Чай с сахаром и лимоном	48,00	23,055	24,135	96,83	698,11
Цена завтрака / Итого за завтрак	40,00				
Родительская плата (за минусом субсидии 8,00 рублей)					

ОБЕД

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		1-4 классы	Белки	Жиры	
Салат "Витаминный"	60	0,7	2,9	13,3	52,08
Суп картофельный с бобовыми(гороховый) на мкб	235/15	7,99	4,2	13,69	124,52
Макаронны отварные со сливочным маслом	150	5,47	6,37	29,1	195,61
Макаронны отварные со сливочным маслом	90	9,13	12,5	12,16	212,4
Котлета из говядины	20	1,52	0,16	9,84	47,33
Хлеб пшеничный	20	1	0,2	9	44
Хлеб ржан-пшеничный	200	0	0	35,94	118
Кисель	200	0	0	35,94	118
Цена обеда/ Итого за обед	62,00	25,81	26,33	123,03	793,94

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		5-11 классы	Белки	Жиры	
Салат "Витаминный"	100	1,8	4,2	16,2	69,8
Суп картофельный с бобовыми (гороховый) на мкб	235/15	7,99	4,2	13,69	124,52
Макаронны отварные со сливочным маслом	180	6,84	8,95	41,2	244,8
Макаронны отварные со сливочным маслом	100	9,2	13,92	13,52	236
Котлета из говядины	60	4,56	0,48	29,52	142
Хлеб пшеничный /ржано-пшеничный	200	0	0	35,94	118
Кисель	200	0	0	35,94	118
Цена обеда/ Итого за обед	66,00	30,39	31,75	140,07	935,12

МЕНЮ на 8,00 рублей

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Каша гречневая рассыпчатая	150	6,73	7,15	26,7	172
Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	71
Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	180/15	0,021	0,005	14,975	60
Чай с сахаром					

Технолог-калькулятор: Новикова Н.Н.
 Старший повар: *Васильев В.В.*