

Согласовано:  
 Директор МБОУ "Сахаровская ООШ"  
 Алексеевского муниципального района  
 Чилибьев Т. А.



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



**МЕНЮ**  
 Среда (неделя 1)

**ЗАВТРАК**

| Наименование блюда                      | Выход блюда<br>1-4 классы | Пищевые вещества (г) |              |              | Энергетическая<br>ценность (ккал) |
|---|---------------------------|----------------------|--------------|--------------|-----------------------------------|
|   |                           | Белки                | Жиры         | Углеводы     |                                   |
| 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<br>5-11 классы | Пищевые вещества (г) |              |              | Энергетическая<br>ценность (ккал) |
|---|----------------------------|----------------------|--------------|--------------|-----------------------------------|
|   |                            | Белки                | Жиры         | Углеводы     |                                   |
| 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>55,15</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>46,85</b>               |                      |              |              |                                   |

Технолог-калькулятор: \_\_\_\_\_ Новикова Н.Н.

Старший повар: \_\_\_\_\_ *Ширяков А. М.*