Согласовано

Директор МБОУ Емельяновской ср. общ. школы

С.И. Темирбеко

ЕЖЕДНЕВНОЕ М Е Н Ю

на "20" сентября 2023год

по МБОУ Емельяновской ср. общ. школе

ЗАВТРАК 1-4 классы (7-11 лет)

№ т/к	Наименование блюд	Выход одной порции,гр	Б	Ж	У	Энерг. ценность (ккал)
181	Каша жидкая молочная из манной крупы	200	6,11	10,72	32,38	251,00
174	Каша вязкая молочная из риса	-	-	-	-	-
2	Бутерброд с повидлом	-	-	-	-	-
376	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,0	60,0
15	Сыр (порциями)	15	3,48	4,4	-	54,0
338	Плоды свежие	100	0,4	0,4	9,8	47,0
к/к	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	-	-	-	-	-
	ИТОГО :	**550**	**12,43**	**15,84**	**71,67**	**482,14**

ЦЕНА ЗА ЗАВТРАК : 71 рублей 46 копеек

ЗАВТРАК 5-11 классы (12 лет и старше)

Выход одной порции,гр	Б	Ж	У	Энерг. ценность (ккал)
-	-	-	-	-
200	6	10,85	42,95	294,0
50	2,4	3,87	27,83	156,0
200/15	0,07	0,02	15,0	60,0
-	-	-	-	-
20	1,12	0,22	9,88	45,98
485	**9,59**	**14,96**	**95,66**	**556,0**

ЦЕНА ЗА ЗАВТРАК : 46 рублей 00 копеек

ОБЕД 1-4 классы (7-11 лет)

№ т/к	Наименование блюд	Выход одной порции,гр	Б	Ж	У	Энерг. ценность (ккал)
70/71	Овощи натуральные по сезону	60	0,67	0,06	2,1	12,0
113	Суп-лапша домашняя	200	2,05	4,43	9,3	92,6
173	Каша вязкая из гречневой крупы	150	8,44	9,94	43,32	300,0
290	Птица тушеная в соусе	100	11,65	11,66	23,15	226,7
376	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,0	60,0
к/к	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	45,98
	ИТОГО:	**775**	**26,37**	**26,63**	**117,24**	**807,42**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	**1325**	**38,80**	**42,47**	**188,91**	**1289,56**

ЦЕНА ЗА ОБЕД : 77 рублей 50 копеек

ОБЕД 5-11 классы (12 лет и старше)

Выход одной порции,г	Б	Ж	У	Энерг. ценность (ккал)
60	0,67	0,06	2,1	12,0
250	3,56	5,79	11,62	122,0
180	10,13	11,93	51,98	360,0
100	11,65	11,66	23,15	226,7
200/15	0,07	0,02	15,0	60,0
30	2,37	0,3	14,49	70,14
20	1,12	0,22	9,88	45,98
855	**29,57**	**29,98**	**128,22**	**896,82**
1340	**39,16**	**44,94**	**223,88**	**1452,82**

ЦЕНА ЗА ОБЕД : 77 рублей 50 копеек

Мед.работник _____ **ПОВАР** _____