Согласовано

Директор МБОУ „Емельяновская сош"

С.И. Перелин

ЕЖЕДНЕВНОЕ М Е Н Ю

на "07" декабря 2023год

по МБОУ „Емельяновской ср. общ." школе

1/4

ЗАВТРАК 1-4 классы (7-11 лет)

№ т/к	Наименование блюд	Выход одной порции,гр	Б	Ж	У	Энерг. ценность (ккал)
204	Макароны отварные с сыром	175	11,84	13,93	29,85	292,6
70/71	Овощи натуральные по сезону	60	0,67	0,06	2,1	12,0
376	Чай с сахаром	180/10	0,06	0,02	9,99	40,0
к/к	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14
338	Плоды свежие	100	0,4	0,4	9,8	47,0
	ИТОГО :	**555**	**15,34**	**14,71**	**66,23**	**461,74**

ЦЕНА ЗА ЗАВТРАК : 71 рублей 46 копеек

ЗАВТРАК 5-11 классы (12 лет и старше)

Выход одной порции,г	Б	Ж	У	Энерг. ценность (ккал)
175	11,84	13,93	29,85	292,6
60	0,67	0,06	2,1	12,0
180/10	0,06	0,02	9,99	40,0
30	2,37	0,3	14,49	70,14
-	-	-	-	-
455	**14,94**	**14,31**	**56,43**	**414,74**

ЦЕНА ЗА ЗАВТРАК : 46 рублей 00 копеек

ОБЕД 1-4 классы (7-11 лет)

№ т/к	Наименование блюд	Выход одной порции,г	Б	Ж	У	Энерг. ценность (ккал)
119	Суп с горохом	200	6,24	38,41	12,75	441,80
239	Тефтели рыбные	80	7,93	6,58	9,41	129,0
128	Картофельное пюре	150	3,1	9,17	17,98	172,92
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
376	Чай с сахаром	180/10	0,06	0,02	9,99	40,0
	ИТОГО:	**670**	**20,82**	**54,7**	**74,50**	**899,84**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	**1225**	**36,16**	**69,41**	**140,73**	**1361,6**

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)
250	7,8	48,02	15,94	552,25
80	7,93	6,58	9,41	129,0
180	3,72	11,0	21,58	207,5
30	2,37	0,3	14,49	70,14
20	1,12	0,22	9,88	45,98
180/10	0,06	0,02	9,99	40,0
775	**23**	**66,14**	**81,29**	**1044,9**
1230	**37,94**	**80,45**	**137,72**	**1459,64**

ЦЕНА ЗА ОБЕД :77 рублей 50 копеек

Мед.работник_____

ПОВАР_____