

Директор МБОУ С.М.Тарасов Согласовано

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

на " 27 " сентября 2023 год

по МБОУ С.М.Тарасов школе

ЗАВТРАК 1-4 классы (7-11 лет)

№ т/к	Наименование блюд	Выход одной порции, гр	Б	Ж	У	Энерг. ценность (ккал)	Выход одной порции, гр	Б	Ж	У	Энерг. ценность (ккал)
188	Запеканка рисовая с творогом и сгущенным молоком	170	9,8	7,57	56,0	334,3	-	-	-	-	-
379	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,9	100,6	-	-	-	-	-
173	Каша вязкая молочная из овсяной крупы	-	-	-	-	-	210	8,56	3,81	54,17	286,0
к/к	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	30	2,37	0,3	14,49	70,14
338	Плоды свежие	100	0,4	0,4	9,8	47,0	-	-	-	-	-
376	Чай с сахаром	-	-	-	-	-	180/10	0,06	0,02	9,99	40,0
	ИТОГО:	500	15,74	10,95	96,19	552,04	430	10,99	4,13	78,65	396,14
	ЦЕНА ЗА ЗАВТРАК : 71 рублей 46 копеек										
	ОБЕД 1-4 классы (7-11 лет)										
	ЦЕНА ЗА ОБЕД : 77 рублей 50 копеек										

ОБЕД 5-11 классы (12 лет и старше)

№ т/к	Наименование блюд	Выход одной порции, гр	Б	Ж	У	Энерг. ценность (ккал)	Выход одной порции, гр	Б	Ж	У	Энерг. ценность (ккал)
119	Суп с горохом	200	6,24	38,41	12,75	441,8	250	7,8	48,02	15,94	552,3
143	Рагу из овощей	155	2,61	16,22	12,7	209,6	175	2,95	18,32	14,3	236,7
376	Чай с сахаром	180/10	0,06	0,02	9,99	40,0	180/10	0,06	0,02	9,99	40,0
к/к	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	30	2,37	0,3	14,49	70,14
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	45,98	20	1,12	0,22	9,88	45,98
	ИТОГО:	595	12,4	55,17	59,8	807,52	665	14,3	66,88	64,6	945,07
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1095	28,14	66,12	155,9	1359,56	1095	25,29	71,01	143,25	1341,21
	ЦЕНА ЗА ОБЕД : 77 рублей 50 копеек										