



Согласовано

Директор МБОУ

ЕЖЕДНЕВНОЕ М Е Н Ю

на " 09 " октября 2024 год

по МБОУ "Емельяновская СОШ" школе

ЗАВТРАК 1-4 классы (7-11 лет)

ЗАВТРАК 5-11 классы (12 лет и старше)

№ т/к	Сборник рец.	Наименование блюд	Выход одной порции, гр	Б			Энерг. ценность	Выход одной порции, г	Б			Энерг. ценность (ккал)
				Б	Ж	У			Б	Ж	У	
53/54	2022	Овощи натуральные по сезону	60	0,67	0,06	2,1	12,0	60	0,67	0,06	2,1	12,0
158	2022	Рыба тушеная в томате с овощами	100	10,28	3,6	3,85	89,0	100	10,28	3,6	3,85	89,0
117	2022	Каша вязкая из риса	150	2,36	8,66	22,97	172,6	180	2,83	10,4	27,56	207,1
376	2022	Чай с сахаром	180/10	0,06	0,18	9,06	40,0	180/10	0,06	0,18	9,06	40,0
231	2022	Плоды свежие	100	0,4	0,4	9,8	47,0	100	0,4	0,4	9,8	47,0
к/к	2022	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	30	2,37	0,3	14,49	70,14
к/к	2022	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	45,98	20	1,12	0,22	9,88	45,98
		ИТОГО:	650	17,26	13,42	72,15	476,72	680	17,73	15,16	76,74	511,22
ЦЕНА ЗА ЗАВТРАК : 73 рубля 71 коп.								ЦЕНА ЗА ЗАВТРАК 88 рублей 14 копеек				

ОБЕД 1-4 классы (7-11 лет)

ОБЕД 5-11 классы (12 лет и старше)

№ т/к	Сборник рец.	Наименование блюд	Выход одной порции, гр	Б			Энерг. ценность (ккал)	Выход одной порции, г	Б			Энерг. ценность (ккал)
				Б	Ж	У			Б	Ж	У	
119	2011	Суп с горохом	200	6,24	38,41	12,75	441,8	250	7,8	48,02	15,94	552,3
116	2022	Каша вязкая пшеничная	150	4,39	9,23	23,33	187,45	180	5,32	9,41	28,31	213,50
187	2022	Тефтели	110	7,58	16,23	9,97	217,00	110	7,58	16,23	9,97	217,00
261	2022	Чай с сахаром	180/10	0,06	0,18	9,06	40,0	180/10	0,06	0,18	9,06	40,0
к/к	2022	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	30	2,37	0,3	14,49	70,14
к/к	2022	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	45,98	20	1,12	0,22	9,88	45,98
		ИТОГО:	700	21,76	64,57	79,5	1002,4	780	24,25	74,36	87,7	1138,87
		ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1350	39,02	77,99	151,7	1479,12	1460	41,98	89,52	164,44	1650,09
ЦЕНА ЗА ОБЕД : 108 рублей 07 копеек								ЦЕНА ЗА ОБЕД : 127 рублей 32 коп.				

Мед.работник _____



ПОВАР

ИНН 9105004425