Директор МБОУ _____ С.Н. Петренко

Согласовано

ЕЖЕДНЕВНОЕ М Е Н Ю

на "23" октября 2024год

по МБОУ «Емельяновская СОШ» школе

2/3

ЗАВТРАК 1-4 классы (7-11 лет)

№ т/к	Сборник рец.	Наименование блюд	Выход одной порции,гр	Б	Ж	У	Энерг. ценность
53/54	2022	Овощи натуральные по сезону	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
117	2022	Каша вязкая из риса	150	2,36	8,66	22,97	172,6
376	2022	Чай с сахаром	180/10	0,06	0,18	9,06	40,0
231	2022	Плоды свежие	100	0,4	0,4	9,8	47,0
к/к	2022	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14
к/к	2022	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	45,98
		ИТОГО:	**650**	**17,26**	**13,42**	**72,15**	**476,72**

ЦЕНА ЗА ЗАВТРАК : 73 рубля 71 коп.

ЗАВТРАК 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
100	10,28	3,6	3,85	89,0
180	2,83	10,4	27,56	207,1
180/10	0,06	0,18	9,06	40,0
100	0,4	0,4	9,8	47,0
30	2,37	0,3	14,49	70,14
20	1,12	0,22	9,88	45,98
680	**17,73**	**15,16**	**76,74**	**511,22**

ЦЕНА ЗА ЗАВТРАК 88 рублей 14 копеек

ОБЕД 1-4 классы (7-11 лет)

№ т/к	Сборник рец.	Наименование блюд	Выход одной порции,гр	Б	Ж	У	Энерг. ценность (ккал)
119	2011	Суп с горохом	200	6,24	38,41	12,75	441,8
116	2022	Каша вязкая пшеничная	150	4,39	9,23	23,33	187,45
187	2022	Тефтели	110	7,58	16,23	9,97	217,00
261	2022	Чай с сахаром	180/10	0,06	0,18	9,06	40,0
к/к	2022	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14
к/к	2022	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	45,98
		ИТОГО:	**700**	**21,76**	**64,57**	**79,5**	**1002,4**
		ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	**1350**	**39,02**	**77,99**	**151,7**	**1479,12**

ЦЕНА ЗА ОБЕД : 108 рублей 07 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	552,3
180	5,32	9,41	28,31	213,50
110	7,58	16,23	9,97	217,00
180/10	0,06	0,18	9,06	40,0
30	2,37	0,3	14,49	70,14
20	1,12	0,22	9,88	45,98
780	**24,25**	**74,36**	**87,7**	**1138,87**
1460	**41,98**	**89,52**	**164,44**	**1650,09**

ЦЕНА ЗА ОБЕД :127 рублей 32 коп.

Мед.работник_____

ПОВАР_____