Утверждаю.

директор МОУ СОШ с.Свищёвки

им.П.И.Мацыгина

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/Парфенова О.В./

Меню

на 5 октября 2021года

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  рецепту-  ры | Наименование блюда, напитков | Выход, г.  7-11 лет | Выход, г.  11-18 лет | Содержание основных питательных веществ | | | | | | | |
| 7-11 лет | | | | 11-18 лет | | | |
| белки | жиры | углево- ды | энерге-  тическая  цен-  ность,  ккал | белки | жиры | углеводы | энерге- тичес-  кая  цен-  ность,  ккал |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
|  | ***ОБЕД*** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 15 | Салат из свежих помидоров и огурцов | 1/60 | 1/100 | 0,59 | 3,69 | 2,24 | 44,52 | 0,98 | 6,15 | 3,73 | 74,20 |
| 187 | Щи из свежей капусты с картофелем | 1/200 | 1/250 | 1,40 | 3,91 | 6,79 | 67,80 | 1,75 | 4,89 | 8,49 | 84,75 |
| 374 | Куриная грудка отварная | 1/80 | 1/100 | 12,84 | 10,50 | 24,20 | 172,30 | 15,40 | 12,60 | 29,05 | 206,70 |
| 694 | Макароны отварные | 1/150 | 1/200 | 3,06 | 4,80 | 20,45 | 137,25 | 4,08 | 6,40 | 27,26 | 183,00 |
| 943 | Чай с сахаром | 1/200 | 1/200 | 0,04 | 0,00 | 24,76 | 94,20 | 0,04 | 0,00 | 24,76 | 94,20 |
|  | Хлеб ржаной | 1/80 | 1/120 | 1,90 | 0,30 | 20,00 | 86,00 | 2,90 | 0,50 | 30,00 | 129,00 |
|  | Хлеб пшеничный | 1/40 | 1/40 | 2,40 | 0,30 | 12,60 | 64,20 | 2,40 | 0,30 | 12,60 | 64,20 |
|  |  |  |  | ***25,22*** | ***23,81*** | ***117,31*** | ***706,27*** | ***31,29*** | ***31,23*** | ***143,73*** | ***886,05*** |
|  | Стоимость обеда: 52.46 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

Повар \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/Елисеева С.А./

Ответственный за организацию питания \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/Чугунова Ю.В./