

Утверждаю:
 Директор МКОУ «Шадринская СОШ»
 Русских С.А.

МЕНЮ
 на « 2 » Марта 2022 года

Завтрак:

завтрак 6-11 лет			
наименование блюд	выход (вес) порции (мл.или гр.)	энергетическая ценность	цена
Макаронная отвар	0,150	208	7,6
Гречка из отваренной	0,100	212	32,5
Млб	0,04	115,7	1,6
чай с сахаром	0,200	59	1,4
конфеты	0,01		1,92
Яблоко	0,150	77,2	14,49
Итого:			59,5
завтрак 12 и старше лет			
Макаронная отвар	0,200	247,3	8,2
Гречка из отваренной	0,120	254,4	35,8
Млб	0,04	115,7	1,6
чай с сахаром	0,200	59	1,4
конфеты	0,01		1,92
Яблоко	0,150	77,2	14,49
Итого:			63,1

Обед:

обед 6-11 лет			
наименование блюд	выход (вес) порции (мл.или гр.)	энергетическая ценность	цена
полмиска в тарелке	0,06	11,5	7,6
суп гороховый с мясом	0,200	176,0	18,8
картофельное пюре	0,150	158	12,1
Гречка из отваренной	0,100	212	32,5
Млб	0,04	115,7	1,6
компот из сухофруктов	0,200	93,2	6,5
яблоко	0,150	77,2	14,49
Итого:			89,1
обед 12 и старше лет			
полмиска в тарелке	0,06	11,5	7,6
суп гороховый с мясом	0,250	220,0	19,5
картофельное пюре	0,180	189,1	13,4
Гречка из отваренной	0,120	254,4	35,8
Млб	0,04	115,7	1,6
компот из сухофруктов	0,200	93,2	6,5
Яблоко	0,150	77,2	14,49
Итого:			98,9