

Утверждаю:
Директор МКОУ «Шадринская СОШ»



Русских С.А.

МЕНЮ
на « 11 » Мерта 2022 года

Завтрак:

завтрак 6-11 лет			
наименование блюд	выход (вес) порции (мл.или гр.)	энергетическая ценность	цена
ошпарен в марку	0,06	8,4	6,54
кисель фрукт. рассол.	0,150	262,2	8,92
котлета из говяд.	0,100	269,67	36,8
какао с молоком	0,200	134,1	8,2
хлеб	0,04	115,7	1,6
Итого:			61,36
завтрак 12 и старше лет			
ошпарен в марку	0,06	8,4	6,54
кисель фрукт. рассол.	0,200	326,22	9,5
котлета из говядины	0,100	309,8	38,2
какао с молоком	0,200	134,1	8,2
хлеб	0,04	115,7	1,6
Итого:			64,04

Обед:

обед 6-11 лет			
наименование блюд	выход (вес) порции (мл.или гр.)	энергетическая ценность	цена
суп крестьянский	0,200	234	17,6
каша перловая	0,150	205,3	7,6
котлета из говядины	0,100	269,67	36,8
хлеб	0,04	115,7	1,6
чай с сахаром и лим.	0,200	59	3,2
мандарины	0,100	34,3	14,25
Итого:			80,95
обед 12 и старше лет			
суп крестьянский	0,250	266	18,1
каша перловая	0,200	222,7	8,5
котлета из говядины	0,120	309,8	38,2
хлеб	0,04	115,7	1,6
чай с сахаром и лим.	0,200	59	3,2
мандарины	0,100	34,3	14,25
ошпарен в марку	0,06	11,5	7,6
Итого:			94,15