

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



МЕНЮ
 на « 18 » *марта* 2022 года

Завтрак:

завтрак 6-11 лет			
наименование блюд	выход (вес) порции (мл.или гр.)	энергетическая ценность	цена
<i>картофельное пюре</i>	<i>0,150</i>	<i>158</i>	<i>12,1</i>
<i>рыба туши с овощ.</i>	<i>0,200</i>		<i>3,3</i>
<i>Яйцо</i>	<i>0,04</i>	<i>115,7</i>	<i>1,6</i>
<i>сок фруктовый</i>	<i>0,200</i>	<i>136</i>	<i>7,8</i>
<i>вафель</i>	<i>0,03</i>		<i>3,4</i>
<i>Мандарин</i>	<i>0,100</i>	<i>34,3</i>	<i>14,2</i>
Итого:			<i>48,1</i>
завтрак 12 и старше лет			
<i>картофельное пюре</i>	<i>0,180</i>	<i>189,1</i>	<i>13,4</i>
<i>рыба туши с овощ.</i>	<i>0,200</i>		<i>3,3</i>
<i>Яйцо</i>	<i>0,04</i>	<i>115,7</i>	<i>1,6</i>
<i>сок фруктовый</i>	<i>0,200</i>	<i>136</i>	<i>7,8</i>
<i>вафель</i>	<i>0,03</i>		<i>3,4</i>
<i>Мандарин</i>	<i>0,100</i>	<i>34,3</i>	<i>14,2</i>
Итого:			<i>53,7</i>

Обед:

обед 6-11 лет			
наименование блюд	выход (вес) порции (мл.или гр.)	энергетическая ценность	цена
<i>суп гороховый с мяс.</i>	<i>0,200</i>	<i>176</i>	<i>18,8</i>
<i>Макарон отвар.</i>	<i>0,150</i>	<i>208</i>	<i>7,6</i>
<i>шляпки из говядины</i>	<i>0,100</i>	<i>212</i>	<i>32,5</i>
<i>Яйцо</i>	<i>0,04</i>	<i>115,7</i>	<i>1,6</i>
<i>сок фруктовый</i>	<i>0,200</i>	<i>136</i>	<i>7,8</i>
<i>Апельсин</i>	<i>0,100</i>	<i>38</i>	<i>25,24</i>
Итого:			<i>93,54</i>
обед 12 и старше лет			
<i>суп горох с мясом</i>	<i>0,250</i>	<i>220</i>	<i>19,5</i>
<i>Макарон отвар.</i>	<i>0,200</i>	<i>277,3</i>	<i>12,2</i>
<i>шляпки из говядины</i>	<i>0,120</i>	<i>254,4</i>	<i>35,8</i>
<i>Яйцо</i>	<i>0,04</i>	<i>115,7</i>	<i>1,6</i>
<i>сок фруктовый</i>	<i>0,200</i>	<i>136</i>	<i>7,8</i>
<i>Апельсин</i>	<i>0,200</i>	<i>38</i>	<i>25,24</i>
Итого:			<i>112,14</i>