

Утверждаю:
Директор МКОУ «Шадринская СОШ»



Русских С.А.

МЕНЮ
на « 19 » сентября 2022 года

Завтрак:

завтрак 6-11 лет			
наименование блюд	выход (вес) порции (мл.или гр.)	энергетическая ценность	цена
каша рисовая молочная	0,200	179,9	17,3
яблоко	1шт		9
соль поваренная	0,02	54,5	7,74
квас с мясками	0,200	106,7	9,5
жид. в сахарном	0,04	115,7	1,8
яблоко	0,150	77,2	18,75
ИТОГО:			64,09
завтрак 12 и старше лет			
каша рисовая молочная	0,250	225	19,6
яблоко	1шт		9
соль поваренная	0,04	109	15,49
квас с мясками	0,200	106,7	9,5
жид. в сахарном	0,06	115,7	2,7
яблоко	0,150	77,2	18,75
ИТОГО:			85,04

Обед:

обед 6-11 лет			
наименование блюд	выход (вес) порции (мл.или гр.)	энергетическая ценность	цена
рассольник с мясом	0,200	140	24,1
шницель с говядиной	0,200		37,72
жид. в сахарном	0,04	115,7	1,8
компот из сухофруктов	0,200	93,2	6,5
апельсин	0,200	38	2,7
фрукты	0,100	336	9,2
ИТОГО:			91,32
обед 12 и старше лет			
рассольник с мясом	0,250	175	24,6
шницель с говядиной	0,250		40,68
жид. в сахарном	0,06	115,7	2,7
компот из сухофруктов	0,200	93,2	6,5
апельсин	0,200	38	2,7
фрукты	0,100	336	9,2
ИТОГО:			116,68