

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



**МЕНЮ**  
 на « 5 » *октября* 2022 года  
**Завтрак:**

завтрак 6-11 лет			
наименование блюд	выход (вес) порции (мл.или гр.)	энергетическая ценность	цена
<i>каша гречневая рассыпчатая</i>	<i>0,200</i>	<i>261,2</i>	<i>20,4</i>
<i>курица</i>	<i>0,150</i>	<i>253,2</i>	<i>33,4</i>
<i>картофель из супов</i>	<i>0,200</i>	<i>93,2</i>	<i>6,5</i>
<i>хлеб в ассортименте</i>	<i>0,04</i>	<i>115,7</i>	<i>1,8</i>
<i>консервы</i>	<i>0,02</i>		<i>6,5</i>
<i>банан</i>	<i>0,100</i>	<i>87,2</i>	<i>15,5</i>
<b>Итого:</b>			<i>84,1</i>
завтрак 12 и старше лет			
<i>каша гречневая рассыпчатая</i>	<i>0,250</i>	<i>300,8</i>	<i>22,8</i>
<i>курица</i>	<i>0,150</i>	<i>253,2</i>	<i>33,4</i>
<i>картофель из супов</i>	<i>0,200</i>	<i>93,2</i>	<i>6,5</i>
<i>хлеб в ассортименте</i>	<i>0,06</i>	<i>115,7</i>	<i>2,7</i>
<i>консервы</i>	<i>0,02</i>		<i>6,5</i>
<i>банан</i>	<i>0,100</i>	<i>87,2</i>	<i>15,5</i>
<b>Итого:</b>			<i>86,4</i>

**Обед:**

обед 6-11 лет			
наименование блюд	выход (вес) порции (мл.или гр.)	энергетическая ценность	цена
<i>фасолевый суп с мясом</i>	<i>0,200</i>	<i>140</i>	<i>22,1</i>
<i>картофельные рюле</i>	<i>0,150</i>	<i>158</i>	<i>15,07</i>
<i>кушанье из говядины</i>	<i>0,100</i>	<i>212</i>	<i>42,67</i>
<i>хлеб в ассортименте</i>	<i>0,04</i>	<i>115,7</i>	<i>1,8</i>
<i>чай с сахаром</i>	<i>0,200</i>	<i>59</i>	<i>1,8</i>
<i>яблоко</i>	<i>0,150</i>	<i>77,2</i>	<i>18,75</i>
<b>Итого:</b>			<i>102,19</i>
обед 12 и старше лет			
<i>фасолевый суп с мясом</i>	<i>0,250</i>	<i>175</i>	<i>24,6</i>
<i>картофельные рюле</i>	<i>0,180</i>	<i>189,1</i>	<i>18,66</i>
<i>кушанье из говядины</i>	<i>0,220</i>	<i>254,4</i>	<i>47,73</i>
<i>хлеб в ассортименте</i>	<i>0,06</i>	<i>115,7</i>	<i>2,7</i>
<i>чай с сахаром</i>	<i>0,200</i>	<i>59</i>	<i>1,8</i>
<i>яблоко</i>	<i>0,150</i>	<i>77,2</i>	<i>18,75</i>
<b>Итого:</b>			<i>114,24</i>