

Утверждаю:
 Директор МКОУ «Шадринская СОШ»



Русских С.А.

МЕНЮ
 на « 8 » среды 2022 года

Завтрак:

завтрак 6-11 лет			
наименование блюд	выход (вес) порции (мл.или гр.)	энергетическая ценность	цена
каша пшеничная	0,200	179,9	14,5
яйцо	1шт		5,41
соф	0,015	54,5	6
жид	0,04	115,7	1,6
яблоко	0,150	116,0	14,49
чай с сахаром.	0,200	59	1,4
Итого:			43,4
завтрак 12 и старше лет			
каша пшеничная	0,250	225	15,1
яйцо	1шт		5,41
соф	0,03	109	1,2
жид	0,04	115,7	1,6
яблоко	0,150	116,0	14,49
чай с сахаром.	0,200	59	1,4
Итого:			50

Обед:

обед 6-11 лет			
наименование блюд	выход (вес) порции (мл.или гр.)	энергетическая ценность	цена
щи с капустой и картофелем	0,200	134,2	18,6
каша гречневая рассыпчатая	0,150	262,4	8,92
гущи из говядины	0,100	212	35,2
чай с сахаром	0,200	59	1,4
яблоко	0,150	116,0	14,49
жид	0,04	115,7	1,6
Итого:			80,21
обед 12 и старше лет			
щи с капустой и картофелем	0,250	145	19,5
каша гречневая рассыпчатая	0,200	349,9	9,5
гущи из говядины	0,120	254,4	36,8
чай с сахаром	0,200	59	1,4
яблоко	0,150	116,0	14,49
жид	0,04	115,7	1,6
Итого:			83,29