

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



МЕНЮ
 на « 7 » ноября 2022 года

Завтрак:

завтрак 6-11 лет			
наименование блюд	выход (вес) порции (мл.или гр.)	энергетическая ценность	цена
каша манной рисов	0,200	179,9	17,3
яблоко с яблоком	0,200	106,7	9,5
яблоко в сахаре	0,04	115,7	1,8
яблоко	1шт	-	7
соф. персикомно	0,015	54,5	2,2
яблоко	0,150	77,2	18,75
ИТОГО:			61,55
завтрак 12 и старше лет			
каша манной рисов	0,250	225	19,6
яблоко с яблоком	0,200	106,7	9,5
яблоко в сахаре	0,06	115,7	2,7
яблоко	1шт	-	7
соф. персикомно	0,03	109	14,4
яблоко	0,150	77,2	15,75
ИТОГО:			51,95

Обед:

обед 6-11 лет			
наименование блюд	выход (вес) порции (мл.или гр.)	энергетическая ценность	цена
щи с капустой и картоф.	0,200	131,2	24,1
каша гречневая рисовая	0,200	262,2	28,4
картофель	0,150	253,2	33,4
сок фруктовый	0,200	136	13,3
яблоко в сахаре	0,04	115,7	1,8
ИТОГО:			92
обед 12 и старше лет			
щи с капустой и картоф.	0,250	145	25,25
каша гречневая рисовая	0,250	300,8	28
картофель	0,150	253,2	33,4
сок фруктовый	0,200	136	13,3
яблоко в сахаре	0,06	115,7	2,7
консерв	1шт	-	6,5
ИТОГО:			109,15