

Утверждаю:
 Директор МКОУ «Итадринская СОШ»
 Русских С.А.



МЕНЮ
 на « 11 » ноября 2022 года

Завтрак:

завтрак 6-11 лет			
наименование блюд	выход (вес) порции (мл.или гр.)	энергетическая ценность	цена
каша пшениная молочная	0,200	179,9	17,3
какао с молоком	0,200	106,7	9,5
яйцо	1шт		7
ябло в сахарной пудре	0,04	115,7	1,8
банан	0,100	87,2	15,5
конфеты	0,02		0,5
Итого: сыр пармезан	0,015	54,5	7,2 / 11,8
завтрак 12 и старше лет			
каша пшениная молочная	0,250	225	19,6
какао с молоком	0,200	106,7	9,5
яйцо	1шт		7
ябло в сахарной пудре	0,06	115,7	2,7
банан	0,100	87,2	15,5
конфеты	0,02		0,5
Итого: сыр пармезан	0,03	109	14,4 / 15,2

Обед:

обед 6-11 лет			
наименование блюд	выход (вес) порции (мл.или гр.)	энергетическая ценность	цена
суп куриный с вермишелью	0,200	131,1	19,1
мясной салат	0,150	208	8,9
курица	0,150	253,2	33,4
сок апельсиновый	0,200	136	12,3
ябло в сахарной пудре	0,04	115,7	1,8
орешки	0,200	38	2,2
Итого:			102,5
обед 12 и старше лет			
суп куриный с вермишелью	0,250	163,9	20,2
мясного салат	0,200	277,3	11,8
курица	0,150	253,2	33,4
сок апельсиновый	0,200	136	12,3
ябло в сахарной пудре	0,06	115,7	2,7
орешки	0,200	38	2,7
Итого:			102,4