

Утверждаю:
Директор МКОУ «Шадринская СОШ»



Русских С.А.

МЕНЮ
на « 26 » сентября 2022 года

Завтрак:

завтрак 6-11 лет			
наименование блюд	выход (вес) порции (мл.или гр.)	энергетическая ценность	цена
каша пшеничная молочная	0,200	179,9	17,3
яйцо	1шт		9
сок порционный	0,02	54,5	7,74
кисель с малиной	0,200	106,7	9,5
ябло в ассортименте	0,04	115,7	1,8
яблоки	0,200	38	2,8
Итого:			28,34
завтрак 12 и старше лет			
каша пшеничная молочная	0,250	225	19,6
яйцо	1шт		9
сок порционный	0,04	109	15,49
кисель с малиной	0,200	106,7	9,5
ябло в ассортименте	0,06	115,7	2,7
яблоки	0,200	38	2,8
Итого:			27,38

Обед:

обед 6-11 лет			
наименование блюд	выход (вес) порции (мл.или гр.)	энергетическая ценность	цена
щи с капустой и картофелем	0,200	131,2	22,1
макаронная с мясом	0,200		3,1
ябло в ассортименте	0,04	115,7	1,8
сок ореховый	0,200	136	11,3
яблоки	0,100	336	9,2
банан	0,100	85,2	15,5
Итого:			9,2
обед 12 и старше лет			
щи с капустой и картофелем	0,250	145	25,23
макаронная с мясом	0,250		3,4
ябло в ассортименте	0,06	115,7	2,7
сок ореховый	0,200	136	11,3
яблоки	0,100	336	9,2
банан	0,100	85,2	15,3
конфеты	0,02		0,5
Итого:			107,83