Столовая:

МБОУ "СШ №4 им.Дважды Героя Советского Союза А.О.Шабалина"

Утверждаю_____

МЕНЮ

27 ОКТЯБРЯ 2023г.

Выход (г) 7-11 лет	Выход (г) 12л и старше	Наименование блюд	Белки		Жиры		Углеводы		Ккал	
			7-11 лет	12л и старше	7-11 лет	12л и старше	7-11 лет	12л и старше	7-11 лет	12л и старше
Комплекс №1 (ЗАВТРАК)										
90	100	Колбаса отварная с маслом	5,49	6,10	14,31	15,90	1,44	1,60	189,00	210,00
150	180	Макароны отварные	5,25	6,30	6,15	7,38	35,25	42,30	220,50	264,60
60	100	Зеленый горошек	2,16	3,60	0,06	0,10	5,88	9,80	33,00	55,00
200	200	Какао с молоком	4,10	4,10	3,80	3,80	29,50	29,50	154,00	154,00
30	60	Хлеб ржаной	2,04	4,08	0,39	0,78	11,94	23,88	59,40	118,80
		итого	**19,04**	**24,18**	**24,71**	**27,96**	**84,01**	**107,08**	**655,90**	**802,40**
										58,00

Комплекс №2 (ОБЕД)										
250	250	Сур рыбный	3,80	3,80	7,56	7,56	8,02	8,02	72,00	72,00
200	230	Жаркое по домашнему	15,60	17,94	13,00	14,95	46,00	52,90	400,00	460,00
60	100	Зеленый горошек	2,16	3,60	0,06	0,10	5,88	9,80	33,00	55,00
30	60	Хлеб ржаной	2,04	4,08	0,39	0,78	11,94	23,88	59,40	118,80
200	200	Чай с сахаром	0,20	0,20	0,00	0,00	15,00	15,00	58,00	58,00
		итого	**23,80**	**29,62**	**21,01**	**23,39**	**86,84**	**109,60**	**622,40**	**763,80**
										80,00

Зав.столовой_____

Повар_____

Калькулятор_____

МЕНЮ (ДОПОЛНИТЕЛЬНО)

Выход (г) 7-11 лет	Выход (г) 12л и старше	Наименование блюд	Белки		Жиры		Углеводы		Ккал	
			7-11 лет	12л и старше	7-11 лет	12л и старше	7-11 лет	12л и старше	7-11 лет	12л и старше
Комплекс №3 (ПОЛДНИК)										
100	100	Салат из крабовых палочек	6,00	6,00	7,20	7,20	12,80	12,80	142,10	142,10
30	60	Хлеб ржаной	2,04	4,08	0,39	0,78	11,94	23,88	59,40	118,80
200	200	Чай с сахаром	0,20	0,20	0,00	0,00	15,00	15,00	58,00	58,00
		итого	**8,24**	**10,28**	**7,59**	**7,98**	**39,74**	**51,68**	**259,50**	**318,90**
										42,00

Комплекс №4 (ЛАНЧ)										
1шт	1шт	Калач сметанный	4,20	4,20	6,70	6,70	27,80	27,80	189,00	189,00
200	200	Чай с сахаром	0,20	0,20	0,00	0,00	15,00	15,00	58,00	58,00
		итого	**4,40**	**4,40**	**6,70**	**6,70**	**42,80**	**42,80**	**247,00**	**247,00**
										32,00