Утверждаю

Директор школы: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/Т.С. Талызина/

Меню-требование на 2021 г. (5-9 класс)

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование блюда | Масса порции(Г) | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность(ккал) | Цена |
| Белки | Жиры | Углеводы |
| **Завтрак** |  | | | | | |
| Каша рассыпчатая гречневая | 200 | 4,32 | 9,5 | 7.94 | 121,0 | 3.30 |
| Рыба жареная | 100 | 15,28 | 14,18 | 4,4 | 202,0 | 17,72 |
| Кофейный напиток | 200 | 2,94 | 1,99 | 23,56 | 96,04 | 3,50 |
| Батон | 29 | 3.16 | 0.40 | 19.32 | 46.5 | 2,33 |
| ИТОГО: |  | 25,7 | 17,52 | 51,26 | 463,54 | 26,85 |
|  |  |  |  |  |  |  |
| **Обед** |  |  |  |  |  |  |
| Салат из моркови с яблоками | 100 | 0.86 | 5,22 | 7,87 | 81,90 | 4,13 |
| Щи из свежей капусты | 250 | 1,78 | 4,90 | 6,13 | 75,70 | 2.70 |
| Макароны отварные с маслом | 200 | 5.10 | 7.50 | 28.50 | 190.9 | 4,46 |
| Фрикадельки из мяса птицы | 100 | 14.32 | 19,86 | 8,10 | 238 | 11,75 |
| Чай с лимоном | 200 | 0.24 | - | 10.34 |  | 1,61 |
| Хлеб | 58 | 2.24 | 0.44 | 19.76 | 43.2 | 1.80 |
|  |  |  |  |  |  |  |
| ИТОГО: |  | 24,54 | 37,92 | 80,70 | 629,71 | 27,15 |
|  |  |  |  |  |  |  |
| Полная стоимость:  Стоимость с огородом |  |  |  |  |  | 49  54 |