Утверждаю

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

Меню-требование на 15 января 2021 г. (5-9 класс)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование блюда | Масса порции(Г) |  Пищевые вещества | Энергетическая ценность(ккал) | Цена |
| Белки | Жиры | Углеводы |
| **Завтрак** |  |  |  |  |  |  |
| Каша рассыпчатая гречневая | 180 | 4,32 | 5,19 | 45,04 | 121 |  |
| Сосиска отварная | 100 | 10,09 | 28,27 | 0,5 | 151 | 10,47 |
| Кофейный напиток на молоке | 200 | 2,94 | 1,99 | 20,92 | 110,4 | 5,75 |
| Хлеб пшеничный | 39 | 5,3 | 8,32 | 14,82 | 43,2 | 2,33 |
| ИТОГО: |  | 22,65 | 43,77 | 81,28 | 425,6 | 18,55 |
|  |  |  |  |  |  |  |
| **Обед** |  |  |  |  |  |  |
| Салат из свёклы с зелёным горошком | 100 | 16,47 | 41,22 | 72,94 | 165,19 | 6,78 |
| Рассольник ленинградский | 250 | 2,60 | 2,50 | 16,98 | 189,80 | 3,07 |
| Капуста тушёная с мясом и рисом | 200 | 14,00 | 15,50 | 24,83 | 294,83 | 10,44 |
| Чай  | 200 | 0,53 | - | 9,87 | 41,6 | 1,20 |
| Хлеб ржаной | 58 | 2.24 | 0.44 | 19.76 | 46,5 | 2,50 |
| ИТОГО: |  | 26,84 | 59,66 | 144,38 | 548,12 | 24 |
|  |  | 49,49 | 100,02 | 225,66 | 973,72 |  |
| Полная стоимость:Стоимость с огородом |  |  |  |  |  | 37,0542,55 |