Утверждаю

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

Меню-требование на 20 января 2021 г. (1-4 класс)

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование блюда | Масса порции(Г) | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность(ккал) | Цена |
| Белки | Жиры | Углеводы |
| **Завтрак** |  |  |  |  |  |  |
| Каша рассыпчатая рисовая с маслом | 180 | 4,32 | 5,19 | 45,04 | 206,06 | 3,18 |
| Печень куриная тушёная | 100 | 13,50 | 9,20 | 8,60 | 151 | 11,74 |
| Чай с лимоном | 200 | 0,53 | - | 9,87 | 41,6 | 2,00 |
| Хлеб пшеничный с маслом | 39 | 5,3 | 8,32 | 14,82 | 43,2 | 4,21 |
| ИТОГО: |  | 23,65 | 22,71 | 78,33 | 441,86 | 21,13 |
|  |  |  |  |  |  |  |
| **Обед** |  |  |  |  |  |  |
| Салат из моркови с капустой | 100 | 1,6 | 10,1 | 9,6 | 136 | 2,95 |
| Борщ со сметаной | 250 | 1,83 | 4,90 | 11,75 | 107,94 | 3,77 |
| Картофельное пюре | 200 | 3,08 | 2,33 | 19,13 | 113,67 | 4,88 |
| Кофейный напиток на молоке | 200 | 2,94 | 1,99 | 20,92 | 171,20 | 5,75 |
| Хлеб ржаной | 58 | 2.24 | 0.44 | 19.76 | 46,5 | 2,50 |
| Рыба тушёная в томате с овощами | 150 | 9,75 | 4,95 | 3,8 | 105 | 24,95 |
| ИТОГО: |  | 21,44 | 24,71 | 84,96 | 680,31 | 42,22 |
|  |  | 45,09 | 47,42 | 163,29 | 1122,17 |  |
| Полная стоимость:  Стоимость с огородом |  |  |  |  |  | 58,05  63,35 |

Утверждаю

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

Меню-требование на 20 января 2021 г. (5-9 класс)

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование блюда | Масса порции(Г) | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность(ккал) | Цена |
| Белки | Жиры | Углеводы |
| **Завтрак** |  |  |  |  |  |  |
| Чай с лимоном | 200 | 0,53 | - | 9,87 | 41,6 | 2,00 |
| Хлеб пшеничный | 39 | 5,3 | 8,32 | 14,82 | 43,2 | 2,33 |
| ИТОГО: |  | 5,83 | 8,32 | 24,69 | 84,8 | 4,33 |
|  |  |  |  |  |  |  |
| **Обед** |  |  |  |  |  |  |
| Салат из моркови с капустой | 100 | 1,6 | 10,1 | 9,6 | 136 | 2,95 |
| Борщ со сметаной | 250 | 1,83 | 4,90 | 11,75 | 107,94 | 3,77 |
| Картофельное пюре | 200 | 3,08 | 2,33 | 19,13 | 113,67 | 4,88 |
| Кофейный напиток на молоке | 200 | 2,94 | 1,99 | 20,92 | 171,20 | 5,75 |
| Хлеб ржаной | 58 | 2.24 | 0.44 | 19.76 | 46,5 | 2,50 |
| Рыба тушёная в томате с овощами | 150 | 9,75 | 4,95 | 3,8 | 105 | 24,95 |
| ИТОГО: |  | 21,44 | 24,71 | 84,96 | 680,31 | 42,22 |
|  |  | 27,27 | 33,03 | 109,65 | 816,31 |  |
| Полная стоимость:  Стоимость с огородом |  |  |  |  |  | 41,25  46,55 |

Утверждаю

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

Меню-требование на 20 января 2021 г. (ОВЗ)

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование блюда | Масса порции(Г) | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность(ккал) | Цена |
| Белки | Жиры | Углеводы |
| **Завтрак** |  |  |  |  |  |  |
| Каша рассыпчатая рисовая с маслом | 180 | 4,32 | 5,19 | 45,04 | 206,06 | 3,18 |
| Печень куриная тушёная | 100 | 13,50 | 9,20 | 8,60 | 151 | 11,74 |
| Чай с лимоном | 200 | 0,53 | - | 9,87 | 41,6 | 2,00 |
| Хлеб пшеничный с маслом, колбаса | 39 | 5,3 | 8,32 | 14,82 | 43,2 | 25,16 |
| Яйцо варёное | 50 | 3,32 | 6,66 | 0,3 | 62,8 | 7,00 |
| ИТОГО: |  | 26,97 | 29,37 | 78,63 | 504,66 | 49,08 |
|  |  |  |  |  |  |  |
| **Обед** |  |  |  |  |  |  |
| Салат из моркови с капустой | 100 | 1,6 | 10,1 | 9,6 | 136 | 2,95 |
| Борщ со сметаной | 250 | 1,83 | 4,90 | 11,75 | 107,94 | 3,77 |
| Картофельное пюре | 200 | 3,08 | 2,33 | 19,13 | 113,67 | 4,88 |
| Кофейный напиток на молоке | 200 | 2,94 | 1,99 | 20,92 | 171,20 | 5,75 |
| Хлеб ржаной | 58 | 2.24 | 0.44 | 19.76 | 46,5 | 2,50 |
| Рыба тушёная в томате с овощами | 150 | 9,75 | 4,95 | 3,8 | 105 | 24,95 |
| Яблоко | 125 | 0,30 | 0,30 | 7,35 | 45,30 | 7,82 |
| ИТОГО: |  | 21,74 | 25,01 | 92,31 | 725,61 | 50,04 |
|  |  | 48,71 | 54,38 | 170,94 | 1230,27 |  |
| Полная стоимость:  Стоимость с огородом |  |  |  |  |  | 93,82  99,12 |