Утверждаю

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

Меню-требование на 22 января 2021 г. (1-4 класс)

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование блюда | Масса порции(Г) | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность(ккал) | Цена |
| Белки | Жиры | Углеводы |
| **Завтрак** |  |  |  |  |  |  |
| Блины на кефире | 150 | 5,8 | 5,00 | 8,00 | 100 | 13,30 |
| Кофейный напиток на молоке | 200 | 2,94 | 1,99 | 20,92 | 110,4 | 5,80 |
|  |  |  |  |  |  |  |
| ИТОГО: |  | 8,74 | 6,99 | 28,92 | 210,4 | 19,10 |
|  |  |  |  |  |  |  |
| **Обед** |  |  |  |  |  |  |
| Салат из огурцов и помидоров | 100 | 0,7 | 7,7 | 4,5 | 129,2 | 10,72 |
| Суп рыбный с пшеном | 250 | 2,70 | 2,78 | 14,58 | 90,68 | 7,28 |
| Картошка тушёная с мясом | 200 | 21,19 | 15,56 | 41,25 | 369,81 | 9,65 |
| Какао | 200 | 3,78 | 0,67 | 26,00 | 125,11 | 5,60 |
| Хлеб ржаной | 58 | 2.24 | 0.44 | 19.76 | 46,5 | 2,50 |
| Хлеб пшеничный с сыром | 44/29 | 4,64 | 5,90 | 9,47 | 71,66 | 8,81 |
| ИТОГО: |  | 35,25 | 32,95 | 105,46 | 832,96 | 44,56 |
|  |  | 43,99 | 39,94 | 134,38 | 1043,36 |  |
| Полная стоимость:  Стоимость с огородом |  |  |  |  |  | 57,16  63,66 |

Утверждаю

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

Меню-требование на 22 января 2021 г. (5-9 класс)

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование блюда | Масса порции(Г) | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность(ккал) | Цена |
| Белки | Жиры | Углеводы |
| **Завтрак** |  |  |  |  |  |  |
| Блины на кефире | 150 | 5,8 | 5,00 | 8,00 | 100 | 13,31 |
| Чай | 200 | 0,53 | - | 9,47 | 40,00 | 1,60 |
|  |  |  |  |  |  |  |
| ИТОГО: |  | 6,33 | 5,0 | 17,47 | 140 | 14,91 |
|  |  |  |  |  |  |  |
| **Обед** |  |  |  |  |  |  |
| Салат из огурцов | 100 | 0,7 | 7,7 | 4,5 | 129,2 | 1,98 |
| Суп рыбный с пшеном | 250 | 2,70 | 2,78 | 14,58 | 90,68 | 7,28 |
| Картошка тушёная с мясом | 200 | 21,19 | 15,56 | 41,25 | 369,81 | 9,65 |
| Какао | 200 | 3,78 | 0,67 | 26,00 | 125,11 | 5,60 |
| Хлеб ржаной | 58 | 2.24 | 0.44 | 19.76 | 46,5 | 2,50 |
| Хлеб пшеничный | 29 | 4,64 | 5,90 | 9,47 | 71,66 | 2,33 |
| ИТОГО: |  | 35,25 | 32,95 | 105,46 | 832,96 | 30,94 |
|  |  | 41,58 | 37,95 | 122,93 | 972,96 |  |
| Полная стоимость:  Стоимость с огородом |  |  |  |  |  | 40  45,85 |

Утверждаю

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

Меню-требование на 22 января 2021 г. (ОВЗ)

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование блюда | Масса порции(Г) | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность(ккал) | Цена |
| Белки | Жиры | Углеводы |
| **Завтрак** |  |  |  |  |  |  |
| Блины на кефире | 150 | 5,8 | 5,00 | 8,00 | 100 | 13,31 |
| Кофейный напиток на молоке | 200 | 2,94 | 1,99 | 20,92 | 110,4 | 5,80 |
| Яблоко | 125 | 0,3 | 0,3 | 7,35 | 45,3 | 7,81 |
| ИТОГО: |  | 9,04 | 7,29 | 36,27 | 255,7 | 26,92 |
|  |  |  |  |  |  |  |
| **Обед** |  |  |  |  |  |  |
| Салат из огурцов и помидоров | 100 | 0,7 | 7,7 | 4,5 | 129,2 | 10,72 |
| Суп рыбный с пшеном | 250 | 2,70 | 2,78 | 14,58 | 90,68 | 7,28 |
| Картошка тушёная с мясом | 200 | 21,19 | 15,56 | 41,25 | 369,81 | 9,65 |
| Какао | 200 | 3,78 | 0,67 | 26,00 | 125,11 | 5,60 |
| Хлеб ржаной | 58 | 2.24 | 0.44 | 19.76 | 46,5 | 2,50 |
| Хлеб пшеничный с сыром | 44/29 | 4,64 | 5,90 | 9,47 | 71,66 | 8,81 |
| Сок | 200 | 0,08 | - | 26,25 | 105,4 | 8,31 |
| ИТОГО: |  | 36,05 | 32,95 | 131,71 | 908,36 | 73,82 |
|  |  | 45,09 | 47,23 | 170,98 | 1164,06 |  |
| Полная стоимость:  Стоимость с огородом |  |  |  |  |  | 94,24  100,74 |