Утверждаю

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

Меню-требование на 26 января 2021 г. (1-4 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 | 3,30 |
| Рыба жареная | 100 | 10,09 | 28,27 | 0,5 | 151 | 17,72 |
| Кофейный напиток на молоке | 200 | 2,94 | 1,99 | 20,92 | 110,4 | 3,50 |
| Хлеб пшеничный с маслом | 39/29 | 5,3 | 8,32 | 14,82 | 43,2 | 4,20 |
| ИТОГО: |  | 22,65 | 43,77 | 81,28 | 425,6 | 28,72 |
|  |  |  |  |  |  |  |
| **Обед** |  |  |  |  |  |  |
| Салат из моркови | 100 | 16,47 | 41,22 | 72,94 | 165,19 | 2,80 |
| Щи из свежей капусты | 250 | 2,60 | 2,50 | 16,98 | 189,80 | 2,70 |
| Макароны отварные с маслом | 200 | 14,00 | 15,50 | 24,83 | 294,83 | 3,18 |
| Чай с лимоном | 200 | 0,53 | - | 9,87 | 41,6 | 1,61 |
| Хлеб ржаной | 58 | 2.24 | 0.44 | 19.76 | 46,5 | 2,50 |
| Фрикадельки из куриной грудки | 70 | 14,32 | 19,86 | 8,1 | 238 | 11,75 |
| Апельсин | 65 | 0,3 | 0,3 | 7,35 | 45,30 | 6,44 |
| ИТОГО: |  | 26,84 | 59,66 | 144,38 | 548,12 | 31,37 |
|  |  | 49,49 | 100,02 | 225,66 | 973,72 |  |
| Полная стоимость:  Стоимость с огородом |  |  |  |  |  | 56,09  60,09 |

Утверждаю

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

Меню-требование на 26 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 | 3,30 |
| Рыба жареная | 100 | 10,09 | 28,27 | 0,5 | 151 | 17,72 |
| Чай | 200 | 2,94 | 1,99 | 20,92 | 110,4 | 1,70 |
| Хлеб пшеничный | 29 | 5,3 | 8,32 | 14,82 | 43,2 | 2,33 |
| ИТОГО: |  | 22,65 | 43,77 | 81,28 | 425,6 | 25,05 |
|  |  |  |  |  |  |  |
| **Обед** |  |  |  |  |  |  |
| Салат из моркови | 100 | 16,47 | 41,22 | 72,94 | 165,19 | 2,80 |
| Щи из свежей капусты | 250 | 2,60 | 2,50 | 16,98 | 189,80 | 2,70 |
| Макароны отварные с маслом | 200 | 14,00 | 15,50 | 24,83 | 294,83 | 3,18 |
| Чай | 200 | 0,53 | - | 9,87 | 41,6 | 1,70 |
| Хлеб ржаной | 58 | 2.24 | 0.44 | 19.76 | 46,5 | 2,50 |
| Фрикадельки из куриной грудки | 70 | 14,32 | 19,86 | 8,1 | 238 | 11,75 |
| Апельсин | 65 | 0,3 | 0,3 | 7,35 | 45,30 | 6,44 |
| ИТОГО: |  | 26,84 | 59,66 | 144,38 | 548,12 | 24,63 |
|  |  | 49,49 | 100,02 | 225,66 | 973,72 |  |
| Полная стоимость:  Стоимость с огородом |  |  |  |  |  | 46,68  49,68 |

Утверждаю

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

Меню-требование на 26 января 2021 г. (ОВЗ)

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 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 | 3,30 |
| Рыба жареная | 100 | 10,09 | 28,27 | 0,5 | 151 | 17,72 |
| Кофейный напиток на молоке | 200 | 2,94 | 1,99 | 20,92 | 110,4 | 3,50 |
| Хлеб пшеничный с маслом и с сыром | 54/29/10 | 5,3 | 8,32 | 14,82 | 43,2 | 10,68 |
| ИТОГО: |  | 22,65 | 43,77 | 81,28 | 425,6 | 35,20 |
|  |  |  |  |  |  |  |
| **Обед** |  |  |  |  |  |  |
| Салат из моркови | 100 | 16,47 | 41,22 | 72,94 | 165,19 | 2,80 |
| Щи из свежей капусты | 250 | 2,60 | 2,50 | 16,98 | 189,80 | 2,70 |
| Макароны отварные с маслом | 200 | 14,00 | 15,50 | 24,83 | 294,83 | 3,18 |
| Чай с лимоном | 200 | 0,53 | - | 9,87 | 41,6 | 1,61 |
| Хлеб ржаной | 58 | 2.24 | 0.44 | 19.76 | 46,5 | 2,50 |
| Фрикадельки из куриной грудки | 70 | 14,32 | 19,86 | 8,1 | 238 | 11,75 |
| Йогурт | 200 | 2,3 | 8,0 | 16,6 | 148 | 7,44 |
| Апельсин | 65 | 0,3 | 0,3 | 7,35 | 45,30 | 6,44 |
| Печенье | 50 | 5,3 | 8,32 | 14,82 | 46,5 | 5,00 |
| ИТОГО: |  | 26,84 | 59,66 | 144,38 | 548,12 | 62,12 |
|  |  | 49,49 | 100,02 | 225,66 | 973,72 |  |
| Полная стоимость:  Стоимость с огородом |  |  |  |  |  | 94,32  97,32 |