Утверждаю

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

Меню-требование на 9 февраля 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 | 25,10 |
| Чай | 200 | 2,94 | 1,99 | 20,92 | 110,4 | 1,17 |
| Хлеб пшеничный | 29 | 5,3 | 8,32 | 14,82 | 43,2 | 2,33 |
| ИТОГО: |  | 22,65 | 43,77 | 81,28 | 425,6 | 31,90 |
|  |  |  |  |  |  |  |
| **Обед** |  |  |  |  |  |  |
| Салат из моркови | 100 | 16,47 | 41,22 | 72,94 | 165,19 | 3,10 |
| Щи из свежей капусты | 250 | 2,60 | 2,50 | 16,98 | 189,80 | 2,85 |
| Макароны отварные с маслом | 200 | 14,00 | 15,50 | 24,83 | 294,83 | 4,59 |
| Чай | 200 | 0,53 | - | 9,87 | 41,6 | 1,17 |
| 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 | 13,50 |
| Апельсин | 65 | 0,3 | 0,3 | 7,35 | 45,30 | 6,44 |
| ИТОГО: |  | 26,54 | 59,36 | 134,03 | 502,82 | 24,63 |
|  |  | 48,89 | 99,42 | 218,31 | 928,42 |  |
| Полная стоимость:  Стоимость с огородом |  |  |  |  |  | 46,68  49,68 |

Утверждаю

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

Меню-требование на 9 февраля 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 | 25,10 |
| Какао | 200 | 3,78 | 0,67 | 26,00 | 125,11 | 7,28 |
| Хлеб пшеничный с маслом | 39/29 | 5,3 | 8,32 | 14,82 | 43,2 | 7,01 |
| ИТОГО: |  | 23,49 | 42,45 | 86,36 | 440,31 | 42,70 |
|  |  |  |  |  |  |  |
| **Обед** |  |  |  |  |  |  |
| Салат из моркови с яблоками | 100 | 0,86 | 5,22 | 7,87 | 81,90 | 5,23 |
| Щи из свежей капусты | 250 | 2,60 | 2,50 | 16,98 | 189,80 | 2,85 |
| Макароны отварные с маслом | 200 | 14,00 | 15,50 | 24,83 | 294,83 | 4,59 |
| Кисель | 200 | 0,24 | 0,12 | 35,76 | 145,08 | 3,74 |
| 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 | 13,50 |
| Апельсин | 65 | 0,3 | 0,3 | 7,35 | 45,30 | 6,70 |
| ИТОГО: |  | 37,26 | 43,94 | 84,89 | 548,12 | 43,51 |
|  |  | 60,75 | 86,39 | 171,25 | 1041,41 |  |
| Полная стоимость:  Стоимость с огородом |  |  |  |  |  | 82,21  86,21 |

Утверждаю

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

Меню-требование на 9 февраля 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 | 25,10 |
| Какао | 200 | 3,78 | 0,67 | 26,00 | 125,11 | 7,28 |
| Хлеб пшеничный с маслом | 39/29 | 5,3 | 8,32 | 14,82 | 43,2 | 7,01 |
| ИТОГО: |  | 23,49 | 42,45 | 86,36 | 440,31 | 42,70 |
|  |  |  |  |  |  |  |
| **Обед** |  |  |  |  |  |  |
| Салат из моркови с яблоками | 100 | 0,86 | 5,22 | 7,87 | 81,90 | 5,23 |
| Щи из свежей капусты | 250 | 2,60 | 2,50 | 16,98 | 189,80 | 2,85 |
| Макароны отварные с маслом | 200 | 14,00 | 15,50 | 24,83 | 294,83 | 4,59 |
| Кисель | 200 | 0,24 | 0,12 | 35,76 | 145,08 | 3,74 |
| 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 | 13,50 |
| Апельсин | 65 | 0,3 | 0,3 | 7,35 | 45,30 | 6,70 |
| Йогурт | 95 | 2,3 | 8,0 | 16,6 | 148 | 21,30 |
| ИТОГО: |  | 39,56 | 51,94 | 101,49 | 696,12 | 64,81 |
|  |  | 64,05 | 86,39 | 187,85 | 1189,41 |  |
| Полная стоимость:  Стоимость с огородом |  |  |  |  |  | 103,51  107,51 |