Утверждаю: **Меню на «16» сентября 2022 года**

Наименование организации :МБОУ «Архаровская оош»

Директор: Талызина Т.С.

**ЗАВТРАК 5-11 классы (ОВЗ) и 1-4 классы (ОВЗ)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование блюда** | **Масса порции, гр.** | **Пищевые вещества** | | | **Энергетическая ценность, Ккал.** | **Стоимость блюда, руб, коп.** |
| **белки** | **жиры** | **углеводы** |
| 1 | Каша гречневая рассыпчатая с маслом | 200 | 4,32 | 5,19 | 45,04 | 121 | 16,18 |
| 2 | Сосиска отварная | 70 | 10,09 | 28,27 | 0,5 | 151 | 17,10 |
| 3 | Какао | 200 | 3,78 | 0,67 | 26 | 125,11 | 12,35 |
| 4 | Сыр порционный | 19,3 | 4,64 | 5,9 | - | 71,66 | 10,77 |
| 5 | Хлеб | 45 | 2,24 | 0,44 | 19,76 | 46,5 | 3,60 |
| 6 |  |  |  |  |  |  |  |
| 7 |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Итого:** |  | 25,09 | 40,47 | 91,3 | 515,13 | 60,00 |

**ОБЕД 1-4 классы**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование блюда** | **Масса порции, гр.** | **Пищевые вещества** | | | **Энергетическая ценность, Ккал.** | **Стоимость блюда, руб,коп.** |
| **белки** | **жиры** | **углеводы** |
| 1 | Салат из свежих помидоров с луком | 100 | 0,7 | 7,7 | 4,5 | 129,2 | 0,00 |
| 2 | Суп гороховый с мясом | 250 | 7,5 | 3,25 | 17,25 | 128,25 | 7,23 |
| 3 | Картофельное пюре | 200 | 4,32 | 5,19 | 45,04 | 121 | 5,10 |
| 4 | Рыба тушёная | 100 | 9,75 | 4,95 | 3,8 | 105 | 21,60 |
| 5 | Чай | 200 | 0,53 | - | 9,47 | 40 | 0,47 |
| 6 | Хлеб ржаной | 45 | 2,24 | 0,44 | 19,76 | 46,5 | 3,60 |
| 7 | Булочка «Полезная» | 100 | 3,16 | 0,4 | 19,32 | 43,2 | 12,00 |
| 8 | Груша | 128 | 0,3 | 0,3 | 7,35 | 45,3 | 12,77 |
| 9 |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Итого:** |  | 28,5 | 22,23 | 126,49 | 658,45 | 62,77 |

**ОБЕД 5-11 классы**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование блюда** | **Масса порции, гр.** | **Пищевые вещества** | | | **Энергетическая ценность, Ккал.** | **Стоимость блюда, руб,коп.** |
| **белки** | **жиры** | **углеводы** |
| 1 | Салат из свежих помидоров с луком | 100 | 0,7 | 7,7 | 4,5 | 129,2 | 0,00 |
| 2 | Суп гороховый с мясом | 250 | 7,5 | 3,25 | 17,25 | 128,25 | 7,23 |
| 3 | Картофельное пюре | 200 | 4,32 | 5,19 | 45,04 | 121 | 5,10 |
| 4 | Рыба тушёная | 100 | 9,75 | 4,95 | 3,8 | 105 | 21,60 |
| 5 | Чай | 200 | 0,53 | - | 9,47 | 40 | 0,47 |
| 6 | Хлеб ржаной | 45 | 2,24 | 0,44 | 19,76 | 46,5 | 3,60 |
| 7 | Булочка «Полезная» | 100 | 3,16 | 0,4 | 19,32 | 43,2 | 12,00 |
| 8 | Груша | 128 | 0,3 | 0,3 | 7,35 | 45,3 | 12,77 |
| 9 |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Итого:** |  | 28,5 | 22,23 | 126,49 | 658,45 | 62,77 |

Повар: Талызин В.В.