Утверждаю: **Меню на «21» сентября 2022 года**

Наименование организации: «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 молочная рисовая | 200 | 4,32 | 5,19 | 45,04 | 121 | 14,49 |
| 2 | Яйцо | 60 | 3,32 | 6,66 | 0,3 | 62,8 | 5,50 |
| 3 | Какао | 200 | 3,78 | 0,67 | 26 | 125,11 | 9,15 |
| 4 | Груша | 144 | 0,3 | 0,3 | 7,35 | 45,3 | 14,46 |
| 5 | Хлеб | 40 | 2,24 | 0,44 | 19,76 | 43,2 | 3,20 |
| 6 | Зефир | 60 | 0,8 | 0,1 | 79,35 | 326 | 13,20 |
| 7 |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Итого:** |  | 14,76 | 13,36 | 177,8 | 723,41 | 60,05 |

**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 | 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 | Картофель тушёный с мясом | 200 | 3,08 | 2,33 | 19,13 | 113,67 | 9,39 |
| 4 | Продукт йогуртовый | 200 | 2,3 | 8 | 16,6 | 148 | 27,00 |
| 5 | Чай | 200 | 0,53 | - | 9,47 | 40 | 0,47 |
| 6 | Хлеб ржаной | 40 | 2,24 | 0,44 | 19,76 | 43,2 | 3,20 |
| 7 | Хлеб пшеничный | 35 | 3,16 | 0,4 | 19,32 | 46,5 | 4,00 |
| 8 | Зефир | 50 | 0,8 | 0,1 | 79,35 | 326 | 11,00 |
| 9 |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Итого:** |  | 20,31 | 22,22 | 185,38 | 989,2 | 62,30 |

**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 | 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 | Картофель тушёный с мясом | 200 | 3,08 | 2,33 | 19,13 | 113,67 | 9,39 |
| 4 | Продукт йогуртовый | 200 | 2,3 | 8 | 16,6 | 148 | 27,00 |
| 5 | Чай | 200 | 0,53 | - | 9,47 | 40 | 0,47 |
| 6 | Хлеб ржаной | 65 | 2,24 | 0,44 | 19,76 | 43,2 | 5,20 |
| 7 |  |  |  |  |  |  |  |
| 8 | Зефир | 50 | 0,8 | 0,1 | 79,35 | 326 | 11,00 |
| 9 |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Итого:** |  | 17,15 | 21,82 | 166,06 | 943,2 | 60,29 |