Утверждаю: **Меню на «30» 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 с маслом | 180 | 4,32 | 5,19 | 45,04 | 121 | 16,18 |
| 2 | Котлета | 120 | 15,3 | 13,5 | 13,5 | 189 | 29,67 |
| 3 | Кофейный напиток | 200 | 3,78 | 0,67 | 26 | 125,11 | 8,00 |
| 4 | Хлеб | 40 | 2,24 | 0,44 | 19,76 | 43,2 | 4,00 |
| 5 | Батон с сыром | 49 | 3,16 | 0,4 | 19,32 | 46,5 | 11,60 |
| 6 |  |  |  |  |  |  |  |
| 7 |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Итого:** |  | 28,8 | 20,1 | 123,62 | 524,71 | 69,45 |

**ОБЕД 1-4 классы**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование блюда** | **Масса порции, гр.** | **Пищевые вещества** | | | **Энергетическая ценность, Ккал.** | **Стоимость блюда, руб,коп.** |
| **белки** | **жиры** | **углеводы** |
| 1 |  |  |  |  |  |  |  |
| 2 | Суп рыбный | 250 | 2,98 | 2,83 | 15,70 | 120,13 | 11,10 |
| 3 | Мясо тушёное | 120 | 12,3 | 29,5 | 16,58 | 383 | 22,50 |
| 4 | Рожки с маслом | 200 | 5,10 | 7,5 | 28,5 | 184,9 | 6,60 |
| 5 | Батон | 35 | 3,16 | 0,4 | 19,32 | 46,5 | 3,40 |
| 6 | Хлеб | 40 | 2,24 | 0,44 | 19,76 | 46,5 | 3,20 |
| 7 | Груша | 140 | 0,3 | 0,3 | 7,35 | 45,3 | 15,03 |
| 8 | Чай | 200 | 0,53 | - | 9,47 | 40 | 0,47 |
| 9 |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Итого:** |  | 26,61 | 40,97 | 116,68 | 866,08 | 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 |  |  |  |  |  |  |  |
| 2 | Суп рыбный | 250 | 2,98 | 2,83 | 15,70 | 120,13 | 11,10 |
| 3 | Мясо тушёное | 120 | 12,3 | 29,5 | 16,58 | 383 | 22,50 |
| 4 | Рожки с маслом | 200 | 5,10 | 7,5 | 28,5 | 184,9 | 6,60 |
| 5 | Батон | 35 | 3,16 | 0,4 | 19,32 | 46,5 | 3,40 |
| 6 | Хлеб | 40 | 2,24 | 0,44 | 19,76 | 46,5 | 3,20 |
| 7 | Груша | 140 | 0,3 | 0,3 | 7,35 | 45,3 | 15,03 |
| 8 | Чай | 200 | 0,53 | - | 9,47 | 40 | 0,47 |
| 9 |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Итого:** |  | 26,61 | 40,97 | 116,68 | 866,08 | 62,30 |

Повар : Талызин В.В..