Утверждаю: **Меню на «03 » октября 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 | Бедро куриное | 150 | 12,2 | 29,5 | 16,5 | 383 | 25,50 |
| 3 | Чай | 200 | 0,53 | - | 9,47 | 40 | 0,47 |
| 4 | Батон с сыром | 55 | 3,16 | 0,4 | 19,32 | 43,2 | 14,65 |
| 5 | Хлеб | 40 | 2,24 | 0,44 | 19,76 | 46,5 | 3,20 |
| 6 |  |  |  |  |  |  |  |
| 7 |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Итого:** |  | 22,53 | 35,53 | 110,09 | 593,7 | 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 |  |  |  |  |  |  |  |
| 2 | Суп картофельный с крупой и мясом | 250 | 1,94 | 2,71 | 12,11 | 125,75 | 9,25 |
| 3 | Рис отварной с маслом | 200 | 4,32 | 5,19 | 45,04 | 206,06 | 7,25 |
| 4 | Рыба в сметанно-томатном соусе | 150 | 9,75 | 4,95 | 3,8 | 105 | 21,60 |
| 5 | Кефир «Снежок» | 200 | 5,8 | 5 | 8 | 100 | 13,30 |
| 6 | Хлеб | 40 | 2,24 | 0,44 | 19,76 | 46,5 | 3,20 |
| 7 | Батон | 32 | 3,16 | 0,4 | 19,32 | 43,2 | 3,40 |
| 8 | Зефир | 30 | 0,8 | 0,1 | 79,35 | 326 | 6,60 |
| 9 |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Итого:** |  | 28,01 | 14,29 | 187,38 | 912,45 | 64,60 |

**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 картофельный с крупой и мясом | 250 | 1,94 | 2,71 | 12,11 | 125,75 | 9,25 |
| 3 | Рис отварной с маслом | 200 | 4,32 | 5,19 | 45,04 | 206,06 | 7,25 |
| 4 | Рыба в сметанно-томатном соусе | 150 | 9,75 | 4,95 | 3,8 | 105 | 21,60 |
| 5 | Кефир «Снежок» | 200 | 5,8 | 5 | 8 | 100 | 13,30 |
| 6 | Хлеб | 40 | 2,24 | 0,44 | 19,76 | 46,5 | 3,20 |
| 7 | Батон | 32 | 3,16 | 0,4 | 19,32 | 43,2 | 3,40 |
| 8 |  |  |  |  |  |  |  |
| 9 |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Итого:** |  | 28,79 | 53,33 | 108,03 | 585 | 58,00 |

Повар \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Талызин В.В.