Утверждаю: **Меню на «12» 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 | Картофельное пюре | 200 | 3,08 | 2,33 | 19,13 | 113,67 | 5,06 |
| 2 | Сосиска отварная | 80 | 10,09 | 28,27 | 0,5 | 151 | 20,80 |
| 3 | Какао | 200 | 3,78 | 0,67 | 26 | 125,11 | 10,11 |
| 4 | Яйцо | 62 | 3,32 | 6,66 | 0,3 | 62,8 | 7,00 |
| 5 | Хлеб ржаной | 45 | 2,24 | 0,44 | 19,76 | 43,5 | 3,64 |
| 6 | Бутерброд с маслом и сыром | 52 | 3,16 | 0,4 | 19,32 | 46,5 | 15,58 |
| 7 |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Итого:** |  | 25,67 | 38,77 | 85,01 | 334,21 | 57,19 |

**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 | Борщ с мясом | 250 | 1,78 | 4,9 | 11,75 | 107,94 | 5,84 |
| 3 | Каша гречневая рассыпчатая с маслом | 200 | 4,32 | 5,19 | 45,04 | 121 | 10,48 |
| 4 | Котлета из куриной грудки | 80 | 15,2 | 13,6 | 13,5 | 189 | 18,93 |
| 5 | Сок | 200 | 1,16 | 0,3 | 47,26 | 96,38 | 9,76 | 0,47 |
| 6 | Хлеб ржаной | 45 | 2,24 | 0,44 | 19,76 | 43,5 | 3,64 |
| 7 | Пряник | 70 | 3,2 | 3 | 17 | 125 | 8,86 |
| 8 | Ромовая баба | 100 | 10,84 | 8,97 | 17,14 | 197 | 25,00 |
| 9 |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Итого:** |  | 38,74 | 36,4 | 171,45 | 879,88 | 82,50 |

**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 | Борщ с мясом | 250 | 1,78 | 4,9 | 11,75 | 107,94 | 5,84 |
| 3 | Каша гречневая рассыпчатая с маслом | 200 | 4,32 | 5,19 | 45,04 | 121 | 10,48 |
| 4 | Котлета из куриной грудки | 80 | 15,2 | 13,6 | 13,5 | 189 | 18,93 |
| 5 | Сок | 200 | 1,16 | 0,3 | 47,26 | 96,38 | 9,76 |
| 6 | Хлеб ржаной | 45 | 2,24 | 0,44 | 19,76 | 43,5 | 3,64 |
| 7 | Пряник | 70 | 3,2 | 3 | 17 | 125 | 8,86 |
| 8 |  |  |  |  |  |  |  |
| 9 |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Итого:** |  | 27,9 | 27,93 | 154,31 | 682,88 | 57,50 |

Повар: Талызин В.В.