Утверждаю: **Меню на «20» 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 | Котлета из куриной грудки | 100 | 14,55 | 16,79 | 2,89 | 221 | 21,93 |
| 3 | Чай с лимоном | 200 | 0,53 | - | 9,47 | 40 | 40 |
| 4 | Кекс | 100 | 10,84 | 8,97 | 17,14 | 197 | 30,00 |
| 5 | Хлеб ржаной | 40 | 2,24 | 0,44 | 19,76 | 46,5 | 3,60 |
| 6 |  |  |  |  |  |  |  |
| 7 |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Итого:** |  | 31,24 | 28,53 | 68,39 | 618,17 | 63,28 |

**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 | 6,13 | 75,7 | 5,84 |
| 3 | Каша гречневая рассыпчатая с маслом | 200 | 4,32 | 5,19 | 45,04 | 121 | 10,48 |
| 4 | Котлета из куриной грудки | 100 | 14,55 | 16,79 | 2,89 | 221 | 21,93 |
| 5 | Чай с лимоном | 200 | 0,53 | - | 9,47 | 40 | 2,69 | 0,47 |
| 6 | Хлеб ржаной | 40 | 2,24 | 0,44 | 19,76 | 46,5 | 3,60 |
| 7 | Хлеб пшеничный | 32 | 3,16 | 0,4 | 19,32 | 43,2 | 3,10 |
| 8 | Пряник | 50 | 10,84 | 8,97 | 17,14 | 197 | 6,33 |
| 9 | Йогуртовый продукт Услада | 50 | 2,3 | 8 | 16,6 | 148 | 28,00 |
|  | **Итого:** |  | 39,72 | 44,69 | 136,35 | 892,4 | 82,29 |

**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 | 6,13 | 75,7 | 5,84 |
| 3 | Каша гречневая рассыпчатая с маслом | 200 | 4,32 | 5,19 | 45,04 | 121 | 10,48 |
| 4 | Котлета из куриной грудки | 100 | 14,55 | 16,79 | 2,89 | 221 | 21,93 |
| 5 | Чай с лимоном | 200 | 0,53 | - | 9,47 | 40 | 2,69 |
| 6 | Хлеб ржаной | 40 | 2,24 | 0,44 | 19,76 | 46,5 | 3,60 |
| 7 | Хлеб пшеничный | 32 | 3,16 | 0,4 | 19,32 | 43,2 | 3,10 |
| 8 | Пряник | 50 | 10,84 | 8,97 | 17,14 | 197 | 6,33 |
| 9 |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Итого:** |  | 37,42 | 36,69 | 119,75 | 744,4 | 54,29 |

Повар: Талызин В.В.