Утверждаю: **Меню на «27 » 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 | Рожки с маслом и тёртым сыром | 180 | 5,1 | 7,5 | 28,5 | 184,9 | 14,66 |
| 2 | Гуляш  | 100 | 14,55 | 16,79 | 2,89 | 221 | 21,00 |
| 3 | Чай с лимоном  | 200 | 0,53 | - | 9,87 | 41,6 | 5,11 |
| 4 | Хлеб  | 40 | 2,24 | 0,44 | 19,76 | 46,5 | 3,20 |
| 5 | Пряники  | 100 | 7,28 | 12,52 | 43,92 | 218 | 12,60 |
| 6 | Батон  | 35 | 3,16 | 0,4 | 19,32 | 43,2 | 3,40 |
| 7 |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Итого:** |  | 32,68 | 37,65 | 124,26 | 715,2 | 59,97 |

 **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 красной свёклы с сыром | 100 | 4,4 | 9,4 | 7,94 | 137,02 | 5,60 |
| 2 | Суп картофельный с мясом | 250 | 1,94 | 2,71 | 12,11 | 125,75 | 9,25 |
| 3 | Картофельное пюре | 200 | 3,08 | 2,33 | 19,13 | 113,67 | 6,25 |
| 4 | Рыба в томатном соусе | 150 | 9,75 | 4,95 | 3,8 | 105 | 21,60 |
| 5 | Чай с лимоном  | 200 | 0,53 | - | 9,87 | 41,6 | 5,11 |
| 6 | Хлеб  | 40 | 2,24 | 0,44 | 19,76 | 46,5 | 3,20 |
| 7 | Пряник  | 50 | 7,28 | 12,52 | 43,92 | 218 | 6,33 |
| 8 | Батон  | 35 | 3,16 | 0,4 | 19,32 | 43,2 | 3,40 |
| 9 | Зефир  | 30 | 0,8 | 0,1 | 79,35 | 326 | 8,80 |
|  | **Итого:** |  | 33,18 | 32,85 | 215,2 | 1156,74 | 69,54 |

 **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 красной свёклы с сыром | 100 | 4,4 | 9,4 | 7,94 | 137,02 | 5,60 |
| 2 | Суп картофельный с мясом | 250 | 1,94 | 2,71 | 12,11 | 125,75 | 9,25 |
| 3 | Картофельное пюре | 200 | 3,08 | 2,33 | 19,13 | 113,67 | 6,25 |
| 4 | Рыба в томатном соусе | 150 | 9,75 | 4,95 | 3,8 | 105 | 21,60 |
| 5 | Чай с лимоном  | 200 | 0,53 | - | 9,87 | 41,6 | 5,11 |
| 6 | Хлеб  | 40 | 2,24 | 0,44 | 19,76 | 46,5 | 3,20 |
| 7 | Пряник  | 50 | 7,28 | 12,52 | 43,92 | 218 | 6,33 |
| 8 | Батон  | 35 | 3,16 | 0,4 | 19,32 | 43,2 | 3,40 |
| 9 |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Итого:** |  | 32,38 | 32,75 | 135,85 | 830,74 | 60,74 |

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