Утверждаю: **Меню на «28» 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 отварные с маслом | 200 | 5,1 | 7,5 | 28,5 | 184,9 | 7,38 |
| 2 | Сосиска отварная | 160 | 10,09 | 28,27 | 0,5 | 151 | 41,60 |
| 3 | Чай с лимоном | 200 | 0,53 | - | 9,47 | 41,6 | 2,69 |
| 4 | Хлеб | 40 | 2,24 | 0,44 | 19,76 | 43,2 | 4,00 |
| 5 | Бутерброд с маслом | 42 | 3,16 | 0,4 | 19,32 | 46,5 | 8,33 |
| 6 |  |  |  |  |  |  |  |
| 7 |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Итого:** |  | 21,12 | 36,61 | 77,55 | 427,2 | 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 с рыбными консервами | 250 | 1,94 | 2,71 | 12,11 | 125,75 | 12,70 |
| 3 | Рис отварной с маслом | 180 | 4,32 | 5,19 | 45,04 | 20,06 | 7,24 |
| 4 | Мясо тушёное | 150 | 12,3 | 29,5 | 16,58 | 383 | 20,40 |
| 5 | Чай с лимоном | 200 | 0,53 | - | 9,47 | 41,6 | 5,11 |
| 6 | Хлеб | 40 | 2,24 | 0,44 | 19,76 | 43,2 | 3,20 |
| 7 | Блины со сгущённым молоком | 100 | 10,84 | 8,97 | 17,14 | 197 | 14,26 |
| 8 | Зефир | 60 | 0,8 | 0,1 | 79,35 | 326 | 13,28 |
| 9 | Пряник | 50 | 7,28 | 12,52 | 43,92 | 218 | 6,33 |
|  | **Итого:** |  | 40,25 | 59,43 | 243,37 | 1353,61 | 82,45 |

**ОБЕД 5-11 классы**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование блюда** | **Масса порции, гр.** | **Пищевые вещества** | | | **Энергетическая ценность, Ккал.** | **Стоимость блюда, руб,коп.** |
| **белки** | **жиры** | **углеводы** |
| 1 | Суп с рыбными консервами | 250 | 1,94 | 2,71 | 12,11 | 125,75 | 12,70 |
| 2 | Рис отварной с маслом | 180 | 4,32 | 5,19 | 45,04 | 20,06 | 7,24 |
| 3 | Мясо тушёное | 150 | 12,3 | 29,5 | 16,58 | 383 | 20,40 |
| 4 | Чай с лимоном | 200 | 0,53 | - | 9,47 | 41,6 | 5,11 |
| 5 | Хлеб | 40 | 2,24 | 0,44 | 19,76 | 43,2 | 3,20 |
| 6 | Блины со сгущённым молоком | 100 | 10,84 | 8,97 | 17,14 | 197 | 14,26 |
| 7 |  |  |  |  |  |  |  |
| 8 |  |  |  |  |  |  |  |
| 9 |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Итого:** |  | 32,17 | 46,81 | 120,1 | 810,61 | 64,64 |

Повар \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/ Талызин В.В./