

Согласовно:

Директор МОУ "Вербенская СШ"

Исмаилов Э.С.

Меню на 11.03.2022

ШКОЛА

МОУ "Вербенская СШ"

7-18 лет

МЕНЮ 10-го дня

| прием<br>пищи | раздел  | №        | Наименование                     | Масса  | ЦЕНА  | Пищевые  |       |       | Ккал   |
|---------------|---------|----------|----------------------------------|--------|-------|----------|-------|-------|--------|
|               |         | п/п      | Наименование блюда               | порции |       | вещества |       |       |        |
|               |         |          |                                  |        |       | Б        | Ж     | У     |        |
|               |         | 1        | 2                                | 3      |       | 4        | 5     | 6     | 7      |
| завтрак       | блюдо   | 268\2011 | Котлеты, биточки, шницеля мясные | 100    | 44    | 16       | 22    | 14,53 | 319,55 |
|               | гарнир  | 297\2010 | Каша пшеничная рассыпчатая       | 180    | 12    | 7,51     | 5,56  | 31,3  | 199    |
|               | фрукт   | 338\2011 | Фрукт свежие (Яблоко)            | 100    | 10    | 0,4      | 0,4   | 9,8   | 44     |
|               | напиток | 685\2004 | Чай с сахаром                    | 200    | 4     | 0,2      | 0,1   | 13,9  | 55     |
|               | хлеб    | 701\2010 | Хлеб пшеничный                   | 40     | 3,02  | 4,8      | 1,8   | 17,4  | 109    |
|               |         |          | Итого                            | 620    | 73,02 | 28,91    | 29,86 | 86,93 | 726,55 |

| прием<br>пищи | раздел       | №<br>п/п | Наименование<br>блюда           | Масса<br>порции | ЦЕНА  | Пищевые<br>вещества |       |        | Ккал   |
|---------------|--------------|----------|---------------------------------|-----------------|-------|---------------------|-------|--------|--------|
|               |              |          |                                 |                 |       | Б                   | Ж     | У      |        |
|               |              | 1        | 2                               | 3               |       | 4                   | 5     | 6      | 7      |
| обед          | закуска      | 16\2004  | Нарезка овощная (огурец свежий) | 100             | 6     | 0,8                 | 0,1   | 2,8    | 15,2   |
|               | Первые блюда | 135\2004 | Суп из овощей со сметаной       | 250/10          | 9,00  | 2,57                | 6,93  | 12,78  | 125,25 |
|               | гарнир       | 294\2011 | Котлеты рубленные из птицы      | 100             | 38,00 | 18,1                | 16,8  | 8,9    | 193    |
|               | блюдо        | 518\2004 | Картофель отварной с маслом     | 180/5           | 12,00 | 3,6                 | 9,18  | 21,47  | 217,8  |
|               | напиток      | 342\2011 | Компот из свежих плодов         | 200             | 5,00  | 0,2                 | 0,1   | 25,4   | 99     |
|               | хлеб         | 701\2010 | Хлеб пшеничный                  | 20              | 1,02  | 2,4                 | 0,9   | 8,7    | 54,5   |
|               |              | 702\2010 | Хлеб ржано-пшеничный            | 20              | 1,00  | 1,26                | 0,2   | 8,2    | 39,7   |
|               |              |          | Итого                           | 880             | 72,02 | 28,93               | 34,21 | 88,25  | 744,5  |
|               |              |          | Всего                           |                 |       | 57,84               | 64,07 | 175,18 | 1471,0 |
|               |              |          |                                 |                 |       |                     |       |        |        |