

Утверждено:

ИП Плюхина Наталья Иосифовна

/ Плюхина Н.И.

Согласовано:

Директор МКОУ Горноводяновской ОШ



# МЕНЮ

## Бесплатное горячее питание

на « 14 » марта 2022г.

### 1. Возрастная группа 7-11 лет

#### 1 день

День: понедельник

Неделя: первая

	Наименование блюд	Выход (в гр.)	Пищевые вещества в гр.			Энергетическая ценность (ккал)	Стоимость порции руб.
			Б	Ж	У		
1	Тефтели из мяса говядины с рисом	100	7,9	12,66	2,86	139,6	
2	Каша гречневая рассыпчатая	150	3,2	6,8	22	163	
3	Закуска (овощи отварные, соленые, свежие)	60	1,4	0,2	6,6	30	
4	Чай с сахаром каркаде	200	0,3	0	15,2	60	
5	Хлеб пшеничный	50	4,5	0,42	21,7	99,68	
6	Фрукт свежий (поштучно)	100	1,9	0,22	15,5	70,5	
	<b>Итого</b>		<b>19,20</b>	<b>20,30</b>	<b>83,86</b>	<b>562,78</b>	
							<b>77-09</b>

### 2. Возрастная группа 12-18 лет

	Наименование блюд	Выход (в гр.)	Пищевые вещества в гр.			Энергетическая ценность (ккал)	Стоимость порции руб.
			Б	Ж	У		
1	Тефтели из мяса говядины с рисом	100	12,8	14,8	21,9	271	
2	Каша гречневая рассыпчатая	200	10,6	8,7	52,5	348	
3	Закуска (овощи отварные, соленые, свежие)	100	2,40	0,40	11,00	50,00	
4	Чай с сахаром каркаде	200	0,3	0	15,2	60	
5	Хлеб пшеничный	50	4,5	0,42	21,7	99,68	
	Фрукт свежий (поштучно по сезону)	100	1,8	0,22	15,5	70,5	
	<b>Итого</b>		<b>32,4</b>	<b>24,54</b>	<b>137,8</b>	<b>635,38</b>	
							<b>77-09</b>

Повар: \_\_\_\_\_

Ответственный по питанию по школе: Семин