**Дубовицкий филиал муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения Малоархангельского района «Архаровская основная общеобразовательная школа»**

303373 Орловская область, Малоархангельский район, д. Покровское, ул.Школьная,8 телефон 2-66-16

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

Утверждаю

Зав. филиалом:

\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Силина Е.П.

**Десятидневное меню с 4 марта по 15 марта 2024 года**

**Понедельник « 4» Марта 2023 года**

Зав. филиалом:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**ЗАВТРАК 1-4 классы (ОВЗ)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Наименование блюда** | **Масса порции, гр.** | **Пищевые вещества** | | | **Энергетическая ценность, Ккал.** | **Стоимость блюда, руб, коп.** | |
| **белки** | **жиры** | **углеводы** |  | |  |
| 1 | Макароны отварные | 150 | 12,41 | 8,5 | 53,4 | 326,69 | | 5-77 |
| 2 | Рыба жареная | 100 | 22 | 11,2 | 4,2 | 208 | | 22-60 |
| 3 | Какао | 200 | 2,86 | 2,88 | 19,21 | 109,49 | | 16-02 |
| 4 | Пряник | 62 | 3,84 | 3,06 | 48,75 | 237,9 | | 15-50 |
|  | **Итого:** | 512 | 41,11 | 25,64 | 125,88 | 652,69 | | 59-89 |

**ОБЕД 1-4 классы -**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование блюда** | **Масса порции, гр.** | **Пищевые вещества** | | | **Энергетическая ценность, Ккал.** | | **Стоимость блюда, руб, коп.** | |
| **белки** | **жиры** | **углеводы** | |  | |  |
| 1 | Суп с макаронными изделиями | 200 | 9,69 | 8,23 | 18,9 | | 168 | | 0-60 |
| 2 | Плов из птицы | 200 | 129,55 | 10,73 | 36,45 | | 296,00 | | 43-22 |
| 3 | Кисель | 200 | - | - | 15,3 | | 49,6 | | 6-21 |
| 4 | Хлеб | 40 | 2,6 | 0,48 | 1,05 | | 72,4 | | 2-22 |
| 5 | Батон | 25 | 1,5 | 0,58 | 10,28 | | 52,4 | | 2-56 |
| 6 | Зефир | 50 | 1 | 0,1 | 77,8 | | 320 | | 11-01 |
| 7 | Груша | 148 | 0,6 | 0,45 | 15,30 | | 70,50 | | 22-2 |
| 9 | **Итого:** | 813 | 144,94 | 20,57 | 175,08 | | 1028,9 | | 88-02 |

**Вторник « 5» Марта 2024 года**

**ЗАВТРАК 1-4 классы (ОВЗ)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Наименование блюда** | **Масса порции, гр.** | **Пищевые вещества** | | | | **Энергетическая ценность, Ккал.** | | **Стоимость блюда, руб, коп.** |
| **белки** | **жиры** | **углеводы** |  | |  | |
| 1 | Суп молочный с макар. изделиями | 200 | 5,75 | 5,21 | 18,84 | 145,2 | | 14-58 | |
| 2 | Чай | 200 | 0,20 | 0,05 | 15,01 | 57 | | 0-54 | |
| 3 | Пряник | 62 | 3,84 | 3,06 | 48,75 | 237,9 | | 15-50 | |
|  | Груша | 196 | 0,6 | 0,45 | 15,30 | 70,50 | | 29-4 | |
|  | **Итого:** | 658 | 10,39 | 8,77 | 97,9 | 510,6 | | 60-02 | |

**ОБЕД 1-4 классы -**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование блюда** | **Масса порции, гр.** | **Пищевые вещества** | | | **Энергетическая ценность, Ккал.** | | **Стоимость блюда, руб, коп.** | |
| **белки** | **жиры** | **углеводы** | |  | |  |
| 1 | Борщ с капустой и картофелем | 200 | 1,45 | 3,93 | 100,2 | | 82,00 | | 1-29 |
| 2 | Каша рассыпчатая гречневая | 150 | 5,75 | 4,06 | 25,76 | | 162,5 | | 6-53 |
| 3 | Мясо тушеное | 100 | 22,4 | 18,23 | 7,03 | | 281,25 | | 41-76 |
| 4 | Чай | 200 | 0,53 | 0,00 | 9,47 | | 40 | | 0-54 |
| 5 | Хлеб | 40 | 2,6 | 0,48 | 1,05 | | 72,4 | | 2-22 |
| 6 | Батон с сыром | 45 | 1,5 | 0,58 | 10,28 | | 52,4 | | 13-96 |
| 7 | Яблоко | 270 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | | 44 | | 21-60 |
|  | **Итого:** | 1005 | 34,63 | 27,68 | 163,59 | | 734,55 | | 87-90 |

**Среда « 6» Марта 2024 года**

**ЗАВТРАК 1-4 классы (ОВЗ)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Наименование блюда** | **Масса порции, гр.** | **Пищевые вещества** | | | | **Энергетическая ценность, Ккал.** | | **Стоимость блюда, руб, коп.** |
| **белки** | **жиры** | **углеводы** |  | |  | |
| 1 | Яйцо вареное | 40 | 5,08 | 4,6 | 0,28 | 63 | | 13-90 | |
| 2 | Каша рассыпчатая с маслом и сахаром | 150 | 4,82 | 8,71 | 30,66 | 230,35 | | 23-76 | |
| 3 | Чай | 200 | 0,20 | 0,05 | 15,01 | 57 | | 0-72 | |
| 4 | Яблоко | 216 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 44 | | 21-60 | |
|  | **Итого:** | 606 | 10,5 | 13,76 | 55,75 | 394,35 | | 59-98 | |

**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 свеклы с сыром | 70 | 2,24 | 9,68 | 5,68 | | 118 | | 12-00 |
| 2 | Рассольник Петербургский | 200 | 1,68 | 4,09 | 13,27 | | 96,6 | | 0-85 |
| 3 | Картофельное пюре | 150 | 2,34 | 16,71 | 3,79 | | 174,02 | | 12-83 |
| 4 | Сосиска | 100 | 7,77 | 17,78 | 0,98 | | 197,4 | | 29-30 |
| 5 | Снежок | 192 | 5,8 | 5,00 | 8,00 | | 100 | | 17-92 |
| 6 | Хлеб | 40 | 2,6 | 0,48 | 1,05 | | 72,4 | | 2-22 |
| 7 | Батон | 25 | 1,5 | 0,58 | 10,28 | | 52,4 | | 2-56 |
|  | Мандарин | 86 | 1,2 | 0,4 | 14,4 | | 68,3 | | 10-32 |
|  | **Итого:** | 863 | 25,13 | 54,72 | 57,45 | | 879,12 | | 88-00 |

**Четверг « 7» Марта 2024 года**

**ЗАВТРАК 1-4 классы (ОВЗ)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Наименование блюда** | **Масса порции, гр.** | **Пищевые вещества** | | | **Энергетическая ценность, Ккал.** | | **Стоимость блюда, руб, коп.** | |
| **белки** | **жиры** | **углеводы** | |  | |  |
| 1 | Каша рассыпчатая рисовая | 150 | 5,75 | 4,06 | 25,76 | | 162,5 | | 7-72 |
| 2 | Сосиска | 100 | 7,77 | 17,78 | 0,98 | | 197,4 | | 29-30 |
| 3 | Какао | 200 | 2,86 | 2,88 | 19,21 | | 109,49 | | 16-02 |
| 4 | Печенье | 31 | 1,4 | 1,66 | 38,66 | | 117 | | 6-95 |
|  | **Итого:** | 481 | 17,78 | 26,38 | 84,61 | | 586,39 | | 59-99 |

**ОБЕД 1-4 классы -**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование блюда** | **Масса порции, гр.** | **Пищевые вещества** | | | **Энергетическая ценность, Ккал.** | | **Стоимость блюда, руб, коп.** | |
| **белки** | **жиры** | **углеводы** | |  | |  |
| 1 | Яйцо вареное | 50 | 5,1 | 4,6 | 0,3 | | 63 | | 13-90 |
| 2 | Суп с крупой(перловой) | 200 | 2 | 2,23 | 13,6 | | 82,6 | | 0-48 |
| 3 | Голубец | 200 | 21,1 | 13,3 | 31,3 | | 329,17 | | 60-00 |
| 4 | Чай с сахаром | 200 | 0,53 | 0,00 | 9,47 | | 40 | | 0-72 |
| 5 | Хлеб | 40 | 2,6 | 0,48 | 1,05 | | 72,4 | | 2-22 |
| 6 | Батон | 45 | 1,5 | 0,58 | 10,28 | | 52,4 | | 13-96 |
|  | **Итого:** | 735 | 32,5 | 21,24 | 71,54 | | 656,57 | | 91-28 |

**Пятница « 8» Марта 2024 года**

**ЗАВТРАК 1-4 классы (ОВЗ)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Наименование блюда** | **Масса порции, гр.** | **Пищевые вещества** | | | | **Энергетическая ценность, Ккал.** | | **Стоимость блюда, руб, коп.** |
| **белки** | **жиры** | **углеводы** |  | |  | |
| 1 | Рис с маслом | 150 | 5,82 | 9,74 | 50 | 298,47 | | 7-72 | |
| 2 | Рыба жареная | 120 | 12,55 | 12,9 | 0,04 | 182,25 | | 21-60 | |
| 3 | Кофейный напиток | 200 | 2,24 | 2,10 | 25,0 3 | 118,80 | | 10-54 | |
| 4 | Печенье | 25 | 1,4 | 1,66 | 38,66 | 117 | | 5-60 | |
| 5 | Мандарин | 121 | 0,9 | 0,2 | 8,1 | 38,76 | | 14-52 | |
|  | **Итого:** | 616 | 22,91 | 26,6 | 121,63 | 755,28 | | 59-98 | |

**ОБЕД 1-4 классы -**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование блюда** | **Масса порции, гр.** | **Пищевые вещества** | | | **Энергетическая ценность, Ккал.** | | **Стоимость блюда, руб, коп.** | |
| **белки** | **жиры** | **углевод** | |  | |  |
| 1 | Салат из капусты с кукурузой | 80 | 0,59 | 3,09 | 2,24 | | 44,2 | | 7-85 |
| 2 | Суп крестьянский | 200 | 8,00 | 7,38 | 6,32 | | 147,86 | | 0-60 |
| 3 | Плов с мясом | 150 | 10,84 | 24,23 | 15,94 | | 321,21 | | 43-22 |
| 4 | Кисель | 200 | - | - | 9,98 | | 37,4 | | 6-21 |
| 5 | Хлеб | 38 | 2,6 | 0,48 | 1,05 | | 72,4 | | 2-15 |
| 6 | Батон | 25 | 1,5 | 0,58 | 10,28 | | 52,4 | | 2-56 |
| 7 | Зефир | 50 | 1,4 | 1,66 | 38,66 | | 117 | | 11-01 |
| 8 | Мандарин | 120 | 0,9 | 0,2 | 8,1 | | 38,76 | | 14-40 |
|  | **Итого:** | 863 | 25,83 | 37,62 | 92,7 | | 831,23 | | 88-00 |

**Понедельник « 11» Марта 2024 года**

**ЗАВТРАК 1-4 классы (ОВЗ)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Наименование блюда** | **Масса порции, гр.** | **Пищевые вещества** | | | | **Энергетическая ценность, Ккал.** | | **Стоимость блюда, руб, коп.** |
| **белки** | **жиры** | **углеводы** |  | |  | |
| 1 | Суп молочный с макар. изделиями | 200 | 5,75 | 5,21 | 18,84 | 145,2 | | 14-58 | |
| 2 | Чай с сахаром | 200 | 0,53 | 0,00 | 9,47 | 40 | | 0-72 | |
| 3 | Пряник | 62 | 3,84 | 3,06 | 48,75 | 237,9 | | 15-50 | |
| 4 | Груша | 195 | 0,6 | 0,45 | 15,30 | 70,50 | | 29-25 | |
|  | **Итого:** | 658 | 10,72 | 8,72 | 92,36 | 493,6 | | 60-05 | |

**ОБЕД 1-4 классы -**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование блюда** | **Масса порции, гр.** | **Пищевые вещества** | | | **Энергетическая ценность, Ккал.** | | **Стоимость блюда, руб, коп.** | |
| **белки** | **жиры** | **углеводы** | |  | |  |
| 1 | Суп с макаронными изделиями | 200 | 9,69 | 8,23 | 18,9 | | 168 | | 1-29 |
| 2 | Макароны отварные | 150 | 5,52 | 4,52 | 26,45 | | 168,45 | | 5-77 |
| 3 | Гуляш с мясом | 100 | 14,55 | 16,79 | 2,89 | | 221,00 | | 42-50 |
| 4 | Чай с сахаром | 200 | 0,53 | 0,00 | 9,47 | | 40 | | 0-72 |
| 5 | Хлеб | 40 | 2,6 | 0,48 | 1,05 | | 72,4 | | 2-22 |
| 6 | Сырники | 80 | 2588 | 20,60 | 26,80 | | 396,84 | | 24-50 |
| 7 | Яблоко | 110 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | | 44 | | 11-00 |
|  | **Итого:** | 880 | 59,17 | 51,02 | 95,36 | | 1110,69 | | 88-00 |

**Вторник « 12» Марта 2024 года**

**ЗАВТРАК 1-4 классы (ОВЗ)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Наименование блюда** | **Масса порции, гр.** | **Пищевые вещества** | | | **Энергетическая ценность, Ккал.** | **Стоимость блюда, руб, коп.** | |
| **белки** | **жиры** | **углеводы** |  | |  |
| 1 | Яйцо вареное | 40 | 5,08 | 4,6 | 0,28 | 63 | | 13-90 |
| 2 | Каша рассыпчатая с маслом и сахаром | 150 | 4,82 | 8,71 | 30,66 | 230,35 | | 23-76 |
| 3 | Чай | 200 | 0,20 | 0,05 | 15,01 | 57 | | 0-72 |
| 4 | Яблоко | 216 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 44 | | 21-60 |
|  | **Итого:** | 606 | 10,5 | 13,76 | 55,75 | 394,35 | | 59-98 |

**ОБЕД 1-4 классы -**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование блюда** | **Масса порции, гр.** | **Пищевые вещества** | | | **Энергетическая ценность, Ккал.** | | **Стоимость блюда, руб, коп.** | |
| **белки** | **жиры** | **углеводы** | |  | |  |
| 1 | Икра кабачковая | 60 | 0,54 | 0,02 | 4,63 | | 35,1 | | 8-40 |
| 2 | Борщ с капустой и картофелем | 200 | 1,45 | 3,93 | 100,2 | | 82,00 | | 1-29 |
| 3 | Плов из птицы | 200 | 129,55 | 10,73 | 36,45 | | 296,00 | | 43-22 |
| 4 | Какао | 200 | 2,86 | 2,88 | 19,21 | | 109,49 | | 16-02 |
| 5 | Хлеб | 40 | 2,6 | 0,48 | 1,05 | | 72,4 | | 2-22 |
| 6 | Батон | 25 | 1,5 | 0,58 | 10,28 | | 52,4 | | 2-56 |
| 7 | Мандарин | 119 | 1,2 | 0,4 | 14,4 | | 68,3 | | 14-28 |
|  | **Итого:** | 844 | 139,7 | 19,02 | 186,22 | | 715,69 | | 88-00 |

**Среда « 13» Марта 2024 года**

**ЗАВТРАК 1-4 классы (ОВЗ)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Наименование блюда** | **Масса порции, гр.** | **Пищевые вещества** | | | | **Энергетическая ценность, Ккал.** | | **Стоимость блюда, руб, коп.** |
| **белки** | **жиры** | **углеводы** |  | |  | |
| 1 | Каша рисовая | 150 | 2,4 | 2,88 | 25,02 | 135,7 | | 7-72 | |
| 2 | Сосиска | 100 | 7,77 | 17,78 | 0,98 | 197,4 | | 29-30 | |
| 3 | Какао | 200 | 2,86 | 2,88 | 19,21 | 109,49 | | 16-02 | |
| 4 | Пряник | 28 | 3,84 | 3,06 | 48,75 | 237,9 | | 7-00 | |
|  | **Итого:** | 478 | 16,87 | 26,6 | 93,96 | 680,49 | | 60-04 | |

**ОБЕД 1-4 классы -**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование блюда** | **Масса порции, гр.** | **Пищевые вещества** | | | | **Энергетическая ценность, Ккал.** | **Стоимость блюда, руб, коп.** | |
| **белки** | **жиры** | **углевод** |  | | |  |
| 1 | Салат витаминный | 100 | 1,3 | 10,00 | 5,7 | 66,7 | | | 8-29 |
| 2 | Суп с крупой(рисовый) | 200 | 1,58 | 2,19 | 11,66 | 72,6 | | | 1-08 |
| 3 | Каша рассыпчатая гречневая | 150 | 5,75 | 4,06 | 25,76 | 162,5 | | | 6-53 |
| 4 | Рыба жареная | 100 | 22,00 | 11,2 | 4,2 | 208 | | | 22-60 |
| 5 | Сок | 200 | 1 | 0 | 20,2 | 84,8 | | | 15-00 |
| 6 | Хлеб | 40 | 2,6 | 0,48 | 1,05 | 72,4 | | | 2-22 |
| 7 | Батон | 25 | 1,5 | 0,58 | 10,28 | 52,4 | | | 2-56 |
| 8 | Яблоко | 165 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 44 | | | 16-50 |
| 9 | Зефир | 60 | 1 | 0,1 | 77,8 | 320 | | | 13-22 |
|  | **Итого:** | 1040 | 37,13 | 29,01 | 166,45 | 1083,4 | | | 88-00 |

**Четверг « 14 »Марта 2024 года**

**ЗАВТРАК 1-4 классы (ОВЗ)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Наименование блюда** | **Масса порции, гр.** | **Пищевые вещества** | | | | **Энергетическая ценность, Ккал.** | | **Стоимость блюда, руб, коп.** |
| **белки** | **жиры** | **углеводы** |  | |  | |
| 1 | Макароны отварные | 150 | 5,52 | 4,52 | 26,45 | 168,45 | | 5-77 | |
| 2 | Рыба жареная | 100 | 22,00 | 11,2 | 4,2 | 208 | | 22-60 | |
| 3 | Чай | 200 | 0,20 | 0,05 | 15,01 | 57 | | 0-72 | |
| 4 | Груша | 195 | 0,6 | 0,45 | 15,30 | 70,50 | | 29-25 | |
|  | **Итого:** | 645 | 28,32 | 16,22 | 60,96 | 503,95 | | 58-34 | |

**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 свеклы с сыром | 70 | 2,24 | 9,68 | 5,68 | | 118 | | 12-00 |
| 2 | Суп фасолевый | 200 | 5,2 | 5,4 | 23,6 | | 164,00 | | 8-41 |
| 3 | Каша рисовая | 150 | 2,4 | 2,88 | 25,02 | | 135,7 | | 7-72 |
| 4 | Сосиска | 100 | 7,77 | 17,78 | 0,98 | | 197,4 | | 29-30 |
| 5 | Кисель | 200 | - | - | 15,3 | | 49,6 | | 6-21 |
| 6 | Хлеб | 40 | 2,6 | 0,48 | 1,05 | | 72,4 | | 2-22 |
| 7 | Батон | 25 | 1,5 | 0,58 | 10,28 | | 52,4 | | 2-56 |
| 8 | Яблоко | 196 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | | 44 | | 19-80 |
|  | **Итого:** | 1046 | 22,11 | 37,2 | 91,71 | | 883,1 | | 88-02 |

**Пятница « 15»Марта 2024 года**

**ЗАВТРАК 1-4 классы (ОВЗ)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Наименование блюда** | **Масса порции, гр.** | **Пищевые вещества** | | | | **Энергетическая ценность, Ккал.** | | **Стоимость блюда, руб, коп.** |
| **белки** | **жиры** | **углеводы** |  | |  | |
| 1 | Плов с мясом | 150 | 10,84 | 24,23 | 15,94 | 321,21 | | 43-22 | |
| 2 | Какао | 200 | 2,86 | 2,88 | 19,21 | 109,49 | | 16-02 | |
| 3 | Печенье | 25 | 2,25 | 2,,94 | 22,32 | 125,1 | | 5-60 | |
|  | **Итого:** | 375 | 15,95 | 30,05 | 57,47 | 555,8 | | 64-84 | |

**ОБЕД 1-4 классы -**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование блюда** | **Масса порции, гр.** | **Пищевые вещества** | | | **Энергетическая ценность, Ккал.** | | **Стоимость блюда, руб, коп.** | |
| **белки** | **жиры** | **углеводы** | |  | |  |
| 1 | Яйцо вареное | 40 | 5,08 | 4,6 | 0,28 | | 63 | | 13-90 |
| 2 | Рассольник Петербургский | 200 | 1,68 | 4,09 | 13,27 | | 96,6 | | 0-85 |
| 3 | Каша рассыпчатая перловая | 150 | 2,97 | 2,9 | 21,14 | | 122,4 | | 4-82 |
| 4 | Мясо тушеное | 100 | 22,4 | 18,23 | 7,03 | | 281,25 | | 41-76 |
| 5 | Чай с сахаром | 200 | 0,20 | 0,05 | 15,01 | | 57 | | 0-54 |
| 6 | Хлеб | 38 | 2,6 | 0,48 | 1,05 | | 72,4 | | 2-12 |
| 7 | Бутерброд с маслом и сыром | 50 | 13,78 | 12,64 | 60,11 | | 394,35 | | 22-51 |
|  | **Итого:** | 778 | 48,71 | 42,99 | 117,89 | | 1087,00 | | 88-00 |