**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 2 сентября по 13 сентября 2024 года**

**Понедельник « 2» сентября 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 гречневая | 180 | 10,35 | 7,30 | 46,35 | 292,5 | 8-53 |
|  | Сосиска | 100 | 7,77 | 17,78 | 0,98 | 197,4 | 29-30 |
| 2 | Чай | 200 | 0,20 | 0,05 | 15,01 | 57 | 0-72 |
| 3 | Булка чесночная | 60 | 2,8 | 5,5 | 18,9 | 136,3 | 14-00 |
| 4 | Нектарин | 44 | 1,2 | 0,4 | 14,4 | 68,3 | 7-48 |
|  | **Итого:** | 584 | 22,32 | 31,03 | 95,64 | 751,50 | 60-03 |

**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 витаминный | 100 | 1,3 | 10,00 | 5,7 | | 66,7 | | 8-29 |
| 2 | Суп с макаронными изделиями | 200 | 9,69 | 8,23 | 18,9 | | 168 | | 1-29 |
| 3 | Плов из птицы | 200 | 129,55 | 10,73 | 36,45 | | 296,00 | | 43-22 |
| 4 | Компот из сухофруктов | 200 | 0,66 | 0,09 | 32,01 | | 132,8 | | 3-00 |
| 5 | Хлеб | 38 | 2,6 | 0,48 | 1,05 | | 72,4 | | 2-34 |
| 6 | Батон | 25 | 4,5 | 1,74 | 30,84 | | 157,2 | | 2-56 |
| 7 | Нектарин | 122 | 1,2 | 0,4 | 14,4 | | 68,3 | | 20-74 |
|  | **Итого:** | 971 | 150,5 | 31,77 | 217,15 | | 1281,40 | | 102-94 |

**Вторник « 3» сентября 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 молочная | 200 | 2,32 | 3,96 | 24,08 | 14,2 | 19-67 |
| 2 | Сок | 200 | 1 | 0 | 20,2 | 84,8 | 16-00 |
| 3 | Батон | 60 | 4,5 | 1,74 | 30,84 | 157,2 | 14-00 |
|  | Нектарин | 61 | 1,2 | 0,4 | 14,4 | 68,3 | 10-37 |
|  | **Итого:** | 521 | 9,02 | 6,1 | 89,52 | 324,5 | 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 | Салат из свежих помидоров | 80 | 0,59 | 3,69 | 2,24 | | 44,52 | | 8-80 |
| 2 | Суп крестьянский | 200 | 8,00 | 7,38 | 6,32 | | 147,86 | | 0-60 |
| 3 | Макароны отварные | 150 | 5,52 | 4,52 | 26,45 | | 168,45 | | 6-77 |
| 4 | Сосиска | 100 | 5,23 | 6,48 | 11,5 | | 139,21 | | 29-30 |
| 5 | Какао | 200 | 2,86 | 2,88 | 19,21 | | 109,49 | | 16-02 |
| 6 | Хлеб | 38 | 2,6 | 0,48 | 1,05 | | 72,4 | | 2-34 |
| 7 | Сырники | 80 | 25,88 | 20,60 | 26,80 | | 396,84 | | 23-00 |
|  | Банан | 147 | 1,5 | 0,50 | 21,00 | | 96,00 | | 16-17 |
|  | **Итого:** | 995 | 52,18 | 45,53 | 114,57 | | 1174,79 | | 103-00 |

**Среда « 4» сентября 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 гречневая | 150 | 5,75 | 4,06 | 25,76 | 162,5 | 7-10 |
| 2 | Котлета | 120 | 16,9 | 12,06 | 0,62 | 117 | 29-40 |
| 3 | Чай | 200 | 0,20 | 0,05 | 15,01 | 57 | 0-72 |
| 4 | Булка чесночная | 60 | 4,5 | 1,74 | 30,84 | 157,2 | 14-00 |
| 5 | Нектарин | 52 | 1,2 | 0,4 | 14,4 | 68,3 | 8-84 |
|  | **Итого:** | 582 | 28,55 | 18,31 | 86,63 | 562 | 60-06 |

**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 | | 11-90 |
| 2 | Борщ с капустой и картофелем | 200 | 1,45 | 3,93 | 100,2 | | 82,00 | | 1-29 |
| 3 | Каша рисовая | 150 | 2,4 | 2,88 | 25,02 | | 135,7 | | 9-10 |
| 4 | Мясо тушеное | 100 | 22,4 | 18,23 | 7,03 | | 281,25 | | 22-00 |
| 5 | Снежок | 192 | 5,8 | 5,00 | 8,00 | | 100 | | 18-67 |
| 6 | Хлеб | 38 | 2,6 | 0,48 | 1,05 | | 72,4 | | 2-34 |
| 7 | Батон | 25 | 1,5 | 0,58 | 10,28 | | 52,4 | | 2-56 |
| 8 | Зефир | 50 | 1 | 0,1 | 77,8 | | 320 | | 12-50 |
| 9 | Нектарин | 133 | 1,2 | 0,4 | 14,4 | | 68,3 | | 22-61 |
|  | **Итого:** | 928 | 43,43 | 36,2 | 244,06 | | 1175,05 | | 102-97 |

**Четверг « 5» сентября 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 | 11-90 |
| 2 | Суп молочный с макар. изделиями | 200 | 5,75 | 5,21 | 18,84 | 145,2 | 14-58 |
| 3 | Какао | 200 | 2,86 | 2,88 | 19,21 | 109,49 | 16-02 |
| 4 | Булка чесночная | 60 | 4,5 | 1,74 | 30,84 | 157,2 | 14-00 |
|  | **Итого:** | 300 | 18,19 | 14,43 | 66,17 | 474,89 | 56-50 |

**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 | 2,82 | 5,7 | 4,28 | | 79,68 | | 12-00 |
| 2 | Суп с крупой(рисовый) | 200 | 1,58 | 2,19 | 11,66 | | 72,6 | | 1-08 |
| 3 | Картофельное пюре | 150 | 2,34 | 16,71 | 3,79 | | 174,02 | | 13-82 |
| 4 | Котлета | 120 | 16,9 | 12,06 | 0,62 | | 117 | | 29-40 |
| 5 | Чай | 200 | 0,20 | 0,05 | 15,01 | | 57 | | 0-72 |
| 6 | Хлеб | 38 | 2,6 | 0,48 | 1,05 | | 72,4 | | 2-34 |
| 7 | Сырники | 80 | 25,88 | 20,60 | 26,80 | | 396,84 | | 23-00 |
| 8 | Банан | 188 | 1,5 | 0,50 | 21,00 | | 96,00 | | 20-68 |
|  | **Итого:** | 1046 | 53,82 | 58,29 | 84,21 | | 1065,05 | | 103-04 |

**Пятница « 6» сентября 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 | 6-77 |
| 2 | Сосиска | 100 | 5,23 | 6,48 | 11,5 | 139,21 | 29-30 |
| 3 | Чай | 200 | 0,20 | 0,05 | 15,01 | 57 | 0-72 |
| 4 | Булка чесночная | 60 | 4,5 | 1,74 | 30,84 | 157,2 | 14-00 |
| 5 | Нектарин | 54 | 1,2 | 0,4 | 14,4 | 68,3 | 9-18 |
|  | **Итого:** | 564 | 16,65 | 13,19 | 98,12 | 590,126 | 59-97 |

**ОБЕД 1-4 классы -**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование блюда** | **Масса порции, гр.** | **Пищевые вещества** | | | **Энергетическая ценность, Ккал.** | | **Стоимость блюда, руб, коп.** | |
| **белки** | **жиры** | **углевод** | |  | |  |
| 1 | Икра кабачковая | 60 | 0,54 | 0,02 | 4,63 | | 35,1 | | 8-40 |
| 2 | Суп фасолевый | 200 | 5,2 | 5,4 | 23,6 | | 164,00 | | 8-41 |
| 3 | Каша рассыпчатая гречневая | 150 | 5,75 | 4,06 | 25,76 | | 162,5 | | 6-53 |
| 4 | Гуляш с мясом | 100 | 14,55 | 16,79 | 2,89 | | 221,00 | | 42-50 |
| 5 | Кофейный напиток | 200 | 2,94 | 1,99 | 20,92 | | 113,4 | | 13-40 |
| 6 | Хлеб | 38 | 2,6 | 0,48 | 1,05 | | 72,4 | | 2-34 |
| 7 | Батон | 25 | 4,5 | 1,74 | 30,84 | | 157,2 | | 2-56 |
| 8 | Яблоко | 135 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | | 44 | | 18-90 |
|  | **Итого:** | 908 | 36,48 | 30,88 | 119,49 | | 969,6 | | 103-04 |

**Понедельник « 9» сентября 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 | 9-10 |
| 2 | Котлета | 120 | 16,9 | 12,06 | 0,62 | 117 | 29-40 |
| 3 | Чай | 200 | 0,20 | 0,05 | 15,01 | 57 | 0-72 |
| 4 | Нектарин | 122 | 1,2 | 0,4 | 14,4 | 68,3 | 20-74 |
|  | **Итого:** | 592 | 20,70 | 15,39 | 55,05 | 378 | 59-96 |

**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 свежих помидоров | 80 | 0,59 | 3,69 | 2,24 | | 44,52 | | 8-80 |
| 2 | Рассольник Петербургский | 200 | 1,68 | 4,09 | 13,27 | | 96,6 | | 0-85 |
| 3 | Макароны отварные | 150 | 5,52 | 4,52 | 26,45 | | 168,45 | | 6-77 |
| 4 | Рыба жареная | 100 | 22,00 | 11,2 | 4,2 | | 208 | | 22-60 |
| 5 | Сок | 200 | 1 | 0 | 20,2 | | 84,8 | | 16-00 |
| 6 | Хлеб | 38 | 2,6 | 0,48 | 1,05 | | 72,4 | | 2-34 |
| 7 | Батон | 25 | 4,5 | 1,74 | 30,84 | | 157,2 | | 2-56 |
| **8** | Йогурт | 95 | 2,3 | 8 | 16,6 | | 148 | | 28-00 |
| **9** | Банан | 137 | 1,5 | 0,50 | 21,00 | | 96,00 | | 15-07 |
|  | **Итого:** | 1025 | 41,69 | 34,22 | 135,85 | | 1075,97 | | 102-99 |

**Вторник « 10» сентября 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 гречневая с маслом и сахаром | 150 | 4,82 | 8,71 | 30,66 | 230,35 | 23-76 |
| 2 | Какао | 200 | 2,86 | 2,88 | 19,21 | 109,49 | 16-02 |
| 3 | Булка чесночная | 60 | 4,5 | 1,74 | 30,84 | 157,2 | 14-00 |
| 4 | Нектарин | 37 | 1,2 | 0,4 | 14,4 | 68,3 | 6-29 |
|  | **Итого:** | 447 | 13,38 | 13,73 | 95,11 | 565,34 | 60-07 |

**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 витаминный | 100 | 1,3 | 10,00 | 5,7 | | 66,7 | | 8-29 |
| 2 | Суп с макаронными изделиями | 200 | 9,69 | 8,23 | 18,9 | | 168 | | 1-29 |
| 3 | Плов из птицы | 200 | 129,55 | 10,73 | 36,45 | | 296,00 | | 43-22 |
| 4 | Компот из сухофруктов | 200 | 0,66 | 0,09 | 32,01 | | 132,8 | | 3-00 |
| 5 | Хлеб | 38 | 2,6 | 0,48 | 1,05 | | 72,4 | | 2-34 |
| 6 | Батон | 25 | 4,5 | 1,74 | 30,84 | | 157,2 | | 2-56 |
| 7 | Нектарин | 122 | 1,2 | 0,4 | 14,4 | | 68,3 | | 20-74 |
| 8 | Зефир | 86 | 1 | 0,1 | 77,8 | | 320 | | 21-50 |
|  | **Итого:** | 971 | 150,5 | 31,77 | 217,15 | | 1281,40 | | 102-94 |

**Среда « 11» сентября 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 молочная | 200 | 2,32 | 3,96 | 24,08 | 14,2 | 19-67 |
| 2 | Какао | 200 | 2,86 | 2,88 | 19,21 | 109,49 | 16-02 |
| 3 | Булка чесночная | 60 | 4,5 | 1,74 | 30,84 | 157,2 | 14-00 |
| 4 | Нектарин | 61 | 1,2 | 0,4 | 14,4 | 68,3 | 10-37 |
|  | **Итого:** | 521 | 10,88 | 8,98 | 88,53 | 349,19 | 60-06 |

**ОБЕД 1-4 классы -**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование блюда** | **Масса порции, гр.** | **Пищевые вещества** | | | | **Энергетическая ценность, Ккал.** | **Стоимость блюда, руб, коп.** |
| **белки** | **жиры** | **углевод** |  | |  |
| 1 | Яйцо вареное | 40 | 5,08 | 4,6 | 0,28 | 63 | | 11-90 |
| 2 | Борщ с капустой и картофелем | 200 | 1,45 | 3,93 | 100,2 | 82,00 | | 1-29 |
| 3 | Каша рисовая | 150 | 2,4 | 2,88 | 25,02 | 135,7 | | 9-10 |
| 4 | Сосиска | 100 | 5,23 | 6,48 | 11,5 | 139,21 | | 29-30 |
| 5 | Чай | 200 | 0,20 | 0,05 | 15,01 | 57 | | 0-72 |
| 6 | Хлеб | 38 | 2,6 | 0,48 | 1,05 | 72,4 | | 2-34 |
| 7 | Батон с сыром | 45 | 4,5 | 1,74 | 30,84 | 157,2 | | 14-56 |
| 8 | Яблоко | 241 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 44 | | 33-74 |
|  | **Итого:** | 1014 | 21,86 | 20,56 | 168,68 | 750,51 | | 102-95 |

**Четверг « 12 »сентября 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 | 11-90 |
| 2 | Макароны отварные | 180 | 5,52 | 4,52 | 26,45 | 168,45 | 7-97 |
| 3 | Сосиска | 100 | 5,23 | 6,48 | 11,5 | 139,21 | 29-30 |
| 4 | Булка чесночная | 60 | 4,5 | 1,74 | 30,84 | 157,2 | 14-00 |
|  | **Итого:** | 380 | 20,33 | 17,34 | 69,07 | 527,86 | 63-17 |

**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 свежих помидоров | 80 | 0,59 | 3,69 | 2,24 | | 44,52 | | 8-80 |
| 2 | Суп крестьянский | 200 | 8,00 | 7,38 | 6,32 | | 147,86 | | 0-60 |
| 3 | Каша рассыпчатая гречневая | 180 | 5,75 | 4,06 | 25,76 | | 162,5 | | 8-53 |
| 4 | Котлета | 120 | 16,9 | 12,06 | 0,62 | | 117 | | 29-40 |
| 5 | Кофейный напиток | 200 | 2,94 | 1,99 | 20,92 | | 113,4 | | 13-40 |
| 6 | Хлеб | 38 | 2,6 | 0,48 | 1,05 | | 72,4 | | 2-34 |
| 7 | Батон с сыром | 45 | 4,5 | 1,74 | 30,84 | | 157,2 | | 14-56 |
| 8 | Зефир | 101 | 1 | 0,1 | 77,8 | | 320 | | 25 -25 |
|  | **Итого:** | 964 | 42,28 | 31,50 | 168,55 | | 1134,88 | | 102-88 |

**Пятница « 13»сентября 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 | 180 | 2,4 | 2,88 | 25,02 | 135,7 | 9-10 |
| 2 | Котлета | 120 | 16,9 | 12,06 | 0,62 | 117 | 29-40 |
| 3 | Чай | 200 | 0,20 | 0,05 | 15,01 | 57 | 0-72 |
|  | Булка чесночная | 60 | 4,5 | 1,74 | 30,84 | 157,2 | 14-00 |
|  | Нектарин | 40 | 1,2 | 0,4 | 14,4 | 68,3 | 6-80 |
|  | **Итого:** | 600 | 25,2 | 17,13 | 85,89 | 535,20 | 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 | Салат из красной свеклы с сыром | 70 | 2,82 | 5,7 | 4,28 | | 79,68 | | 12-00 |
| 2 | Суп с крупой(рисовый) | 200 | 1,58 | 2,19 | 11,66 | | 72,6 | | 1-08 |
| 3 | Макароны отварные | 180 | 6,62 | 5,42 | 31,73 | | 202,14 | | 8-04 |
| 4 | Мясо тушеное | 100 | 22,4 | 18,23 | 7,03 | | 281,25 | | 38-28 |
| 5 | Сок | 200 | 1 | 0,2 | 20,2 | | 84,8 | | 16-00 |
| 6 | Хлеб | 38 | 2,6 | 0,48 | 1,05 | | 72,4 | | 2-34 |
| 7 | Батон | 25 | 4,5 | 1,74 | 30,84 | | 157,2 | | 2-56 |
|  | Яблоко | 162 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | | 44 | | 22-68 |
|  | **Итого:** | 975 | 41,92 | 34,16 | 116,59 | | 994,07 | | 102-98 |