**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 16 сентября по 27 сентября 2024 года**

**Понедельник « 16» сентября 2024 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 | 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 |
| 8 | Зефир | 86 | 1 | 0,1 | 77,8 | | 320 | | 21-50 |
|  | **Итого:** | 971 | 150,5 | 31,77 | 217,15 | | 1281,40 | | 102-94 |

**Вторник « 17» 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 | Суп молочный с макар. изделиями | 200 | 5,75 | 5,21 | 18,84 | 145,2 | 14-58 |
| 2 | Сок | 200 | 1 | 0 | 20,2 | 84,8 | 16-00 |
| 3 | Булка чесночная | 60 | 2,8 | 5,5 | 18,9 | 136,3 | 14-00 |
|  | Нектарин | 90 | 1,2 | 0,4 | 14,4 | 68,3 | 15-30 |
|  | **Итого:** | 550 | 10,75 | 11,11 | 72,34 | 433,80 | 59-88 |

**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 | Суп фасолевый | 200 | 5,2 | 5,4 | 23,6 | | 164,00 | | 8-41 |
| 3 | Каша рассыпчатая гречневая | 180 | 10,35 | 7,30 | 46,35 | | 292,5 | | 8-53 |
| 4 | Гуляш с мясом | 100 | 14,55 | 16,79 | 2,89 | | 221,00 | | 42-50 |
| 5 | Какао | 200 | 3,52 | 3,72 | 25,49 | | 145,2 | | 16-02 |
| 6 | Хлеб | 38 | 2,6 | 0,48 | 1,05 | | 72,4 | | 2-34 |
| 7 | Бутерброд с сыром | 50 | 4,9 | 11,55 | 17,1 | | 193 | | 14-56 |
|  | **Итого:** | 828 | 41,66 | 49,26 | 121,11 | | 1123,20 | | 102-94 |

**Среда « 18» 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 | Каша рассыпчатая гречневая с маслом и сахаром | 180 | 12,03 | 10,45 | 36,79 | 264,42 | 23-76 |
| 3 | Какао | 200 | 2,86 | 2,88 | 19,21 | 109,49 | 16-02 |
| 4 | Булка чесночная | 60 | 2,8 | 5,5 | 18,9 | 136,3 | 14-00 |
|  | **Итого:** | 480 | 22,77 | 23,43 | 75,18 | 573,21 | 65-68 |

**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 | Рассольник Петербургский | 200 | 1,68 | 4,09 | 13,27 | | 96,6 | | 0-85 |
| 3 | Макароны отварные | 180 | 6,62 | 5,42 | 31,73 | | 202,14 | | 8-04 |
| 4 | Рыба жареная | 100 | 22,00 | 11,2 | 4,2 | | 208 | | 22-60 |
| 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 | Бутерброд с сыром | 50 | 4,9 | 11,55 | 17,1 | | 193 | | 14-56 |
| 8 | Йогурт | 95 | 2,3 | 8 | 16,6 | | 148 | | 28-00 |
| 9 | Зефир | 55 | 1 | 0,1 | 77,8 | | 320 | | 13-75 |
|  | **Итого:** | 988 | 44,12 | 46,59 | 181,04 | | 1376,82 | | 102-86 |

**Четверг « 19» 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 | 180 | 6,62 | 5,42 | 31,73 | 202,14 | 8-04 |
| 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 | 2,8 | 5,5 | 18,9 | 136,3 | 14-00 |
|  | **Итого:** | 560 | 26,52 | 23,03 | 66,26 | 512,44 | 52-16 |

**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 | 100 | 1,13 | 6,19 | 4,72 | | 79,1 | | 8-80 |
| 2 | Борщ с капустой и картофелем | 200 | 1,45 | 3,93 | 100,2 | | 82,00 | | 1-29 |
| 3 | Каша рисовая | 180 | 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 | Булка полезная | 100 | 2,8 | 5,5 | 18,9 | | 136,3 | | 15-00 |
| 8 | Яблоко | 260 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | | 44 | | 36-40 |
|  | **Итого:** | 1158 | 44,12 | 46,59 | 181,04 | | 1376,82 | | 102-95 |

**Пятница « 20» 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 | 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 полезная | 60 | 2,8 | 5,5 | 18,9 | 136,3 | 14-00 |
| 5 | Яблоко | 101 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 44 | 14-70 |
|  | **Итого:** | 641 | 11,03 | 15,31 | 90,03 | 512,21 | 67-82 |

**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 свежих помидоров | 100 | 1,13 | 6,19 | 4,72 | | 79,1 | | 8-80 |
| 2 | Суп крестьянский | 200 | 8,00 | 7,38 | 6,32 | | 147,86 | | 0-60 |
| 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 | 40 | 2,6 | 0,48 | 1,05 | | 72,4 | | 2-34 |
| 7 | Сырники со сгущенным молоком | 80 | 25,88 | 20,6 | 26,8 | | 396,84 | | 30-00 |
| 8 | Нектарин | 102 | 1,2 | 0,4 | 14,4 | | 68,3 | | 17-34 |
|  | **Итого:** | 1002 | 59,04 | 50,42 | 90,97 | | 1068,62 | | 103-02 |

**Понедельник « 23» 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 | Чай | 200 | 0,20 | 0,05 | 15,01 | 57 | 0-72 |
| 3 | Булка чесночная | 60 | 2,8 | 5,5 | 18,9 | 136,3 | 22-00 |
| 4 | Яблоко | 126 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 44 | 17-64 |
|  | **Итого:** | 586 | 5,72 | 9,91 | 67,79 | 251,5 | 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 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 | | 24-00 |
| 5 | Снежок | 192 | 5,8 | 5,00 | 8,00 | | 100 | | 18-67 |
| 6 | Хлеб | 40 | 2,6 | 0,48 | 1,05 | | 72,4 | | 2-34 |
| 7 | Батон | 25 | 4,5 | 1,74 | 30,84 | | 157,2 | | 2-56 |
| **8** | Апельсин | 292 | 1,2 | 0,4 | 14,4 | | 68,3 | | 37-96 |
|  | **Итого:** | 1129 | 46,00 | 88,46 | 110,41 | | 1028,59 | | 103-02 |

**Вторник « 24» 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 |
| 2 | Сосиска | 100 | 7,77 | 17,78 | 0,98 | 197,4 | 29-30 |
| 3 | Чай | 200 | 0,20 | 0,05 | 15,01 | 57 | 0-72 |
| 4 | Булка лакомка | 60 | 2,8 | 5,5 | 18,9 | 136,3 | 22-00 |
|  | **Итого:** | 540 | 21,12 | 30,63 | 81,24 | 683,2 | 60-55 |

**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 | Суп с макаронными изделиями | 200 | 9,69 | 8,23 | 18,9 | | 168 | | 1-29 |
| 3 | Каша рассыпчатая гречневая | 180 | 10,35 | 7,30 | 46,35 | | 292,5 | | 8-53 |
| 4 | Рыба жареная | 100 | 22,00 | 11,2 | 4,2 | | 208 | | 22-60 |
| 5 | Чай | 200 | 0,20 | 0,05 | 15,01 | | 57 | | 0-72 |
| 6 | Хлеб | 40 | 2,6 | 0,48 | 1,05 | | 72,4 | | 2-34 |
| 7 | Сырники со сгущенным молоком | 80 | 25,88 | 20,6 | 26,8 | | 396,84 | | 30-00 |
| 8 | Нектарин | 171 | 1,2 | 0,4 | 14,4 | | 68,3 | | 29-07 |
|  | **Итого:** | 1031 | 72,46 | 48,28 | 131,34 | | 1298,14 | | 102-95 |

**Среда « 25» 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 | 180 | 6,62 | 5,42 | 31,73 | 202,14 | 8-04 |
| 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 | Яблоко | 156 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 44 | 21-84 |
|  | Итого: | 656 | 24,12 | 17,93 | 57,16 | 420,14 | 60-00 |

**ОБЕД 1-4 классы -**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование блюда** | **Масса порции, гр.** | **Пищевые вещества** | | | | **Энергетическая ценность, Ккал.** | **Стоимость блюда, руб, коп.** |
| **белки** | **жиры** | **углевод** |  | |  |
| 1 | Суп крестьянский | 200 | 8,00 | 7,38 | 6,32 | 147,86 | | 0-60 |
| 2 | Каша рисовая | 180 | 2,4 | 2,88 | 25,02 | 135,7 | | 9-10 |
| 3 | Гуляш с мясом | 100 | 14,55 | 16,79 | 2,89 | 221,00 | | 27-60 |
| 4 | Компот из сухофруктов | 200 | 0,66 | 0,09 | 32,01 | 132,8 | | 3-00 |
| 5 | Хлеб | 40 | 2,6 | 0,48 | 1,05 | 72,4 | | 2-34 |
| 6 | Кекс | 75 | 2,8 | 5,5 | 18,9 | 136,3 | | 35-00 |
| 7 | Яблоко | 181 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 44 | | 25-34 |
| 8 |  |  |  |  |  |  | |  |
|  | **Итого:** | 976 | 31,41 | 33,52 | 95,99 | 889,26 | | 102-98 |

**Четверг « 26 »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 | Суп молочный с макар. изделиями | 200 | 5,75 | 5,21 | 18,84 | 145,2 | 14-58 |
| 2 | Какао | 200 | 2,86 | 2,88 | 19,21 | 109,49 | 16-02 |
| 3 | Яблоко | 210 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 44 | 29-40 |
| 4 |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Итого:** | 610 | 9,01 | 8,49 | 47,85 | 298,69 | 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 | Салат из свежих помидоров | 100 | 1,13 | 6,19 | 4,72 | | 79,1 | | 8-80 |
| 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 | | 13-82 |
| 4 | Сосиска | 100 | 5,23 | 6,48 | 11,5 | | 139,21 | | 29-30 |
| 5 | Сок | 200 | 1 | 0,2 | 20,2 | | 84,8 | | 16-00 |
| 6 | Хлеб | 40 | 2,6 | 0,48 | 1,05 | | 72,4 | | 2-34 |
| 7 | Булка полезная | 100 | 2,8 | 5,5 | 18,9 | | 136,3 | | 15-00 |
| 8 | Апельсин | 130 | 1,2 | 0,4 | 14,4 | | 68,3 | | 16-90 |
|  | **Итого:** | 1020 | 17,98 | 40,05 | 87,83 | | 850,73 | | 102-98 |

**Пятница « 27»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 | Сосиска | 100 | 7,77 | 17,78 | 0,98 | 197,4 | 29-30 |
| 3 | Чай | 200 | 0,20 | 0,05 | 15,01 | 57 | 0-72 |
|  | Яблоко | 149 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 44 | 20-86 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Итого:** | 629 | 10,77 | 21,03 | 50,81 | 434,1 | 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 витаминный | 100 | 1,3 | 10,00 | 5,7 | | 66,7 | | 8-29 |
| 2 | Борщ с капустой и картофелем | 200 | 1,45 | 3,93 | 100,2 | | 82,00 | | 1-29 |
| 3 | Макароны отварные | 180 | 6,62 | 5,42 | 31,73 | | 202,14 | | 8-04 |
| 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 | 40 | 2,6 | 0,48 | 1,05 | | 72,4 | | 2-34 |
| 7 | Сочник | 100 | 2,8 | 5,5 | 18,9 | | 136,3 | | 36-00 |
|  | Нектарин | 100 | 1,2 | 0,4 | 14,4 | | 68,3 | | 17-00 |
|  | **Итого:** | 1040 | 33,07 | 37,84 | 187,61 | | 801,84 | | 103-08 |