



Согласовано:
 Директор МБОУ «Белоярская СОШ»
 Алексеевского муниципального района РТ
 Чукурова А.А.



Утверждаю:
 Председатель СПОСПК «Эдем»
 Турнина А. А.

МЕНЮ
 Пятница (неделя 2)

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		1-4 классы	Белки	Жиры	
Зеленый горошек	60	1,05	2,07	2,47	32,71
Картофель тушеный	150	6,41	2,6	22,1	137,44
Котлета из говядины	90	9,13	12,5	12,16	212,4
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,33
Хлеб ржан-пшеничный	20	1	0,2	9	44
Кондитерское изделие	20	1	2,29	12,4	74,21
Чай с сахаром	180/15	0,021	0,005	14,975	60
Цена завтрака / Итого за завтрак	53,41	20,131	19,825	82,945	608,09

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		5-11 классы	Белки	Жиры	
Зеленый горошек	100	1,75	3,45	4,12	54,52
Картофель тушеный	180	7,69	5,12	36,61	219
Котлета из говядины	100	9,2	13,92	13,52	236
Хлеб пшеничный /ржано-пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	142
Чай с сахаром	200/15	0,021	0,005	14,975	60
Цена завтрака / Итого за завтрак	48,00	23,221	22,975	98,745	711,52
Родительская плата (за минусом субсидия 8,00 рублей)	40,00				

ОБЕД

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		1-4 классы	Белки	Жиры	
Салат из моркови с изюмом	60	0,71	4,05	4,1	55,85
Щи из свежей капусты с картофелем на мкб со сметаной	225/15/10	7,5	8,5	18,2	187,7
Пюре гороховое	150	5,12	4,42	37,9	211,86
Гуляш из говядины	50/50	10,58	12,95	7,985	190,81
Хлеб пшеничный	20	0,69	0,16	9,84	47,33
Хлеб ржан-пшеничный	20	1	0,2	9	44
Кисель	200	0	0	35,94	118
Цена обеда/ Итого за обед	62,00	25,6	28,93	122,965	855,55

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		5-11 классы	Белки	Жиры	
Салат из моркови с изюмом	100	4,28	3,89	10,3	93,33
Щи из свежей капусты с картофелем на мкб со сметаной	225/15/10	7,5	8,5	18,2	187,7
Пюре гороховое	180	6,14	6,98	45,4	268,98
Гуляш из говядины	50/50	10,58	12,95	7,985	190,81
Хлеб пшеничный /ржано-пшеничный	60	4,56	0,48	22,42	140,4
Кисель	200	0	0	35,94	118
Цена обеда/ Итого за обед	66,00	33,06	32,8	140,245	999,22

МЕНЮ на 8,00 рублей

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Макароны отварные с маслом	150	5,47	6,37	34,34	204
Соус томатный с овощами	30	0,3	1,5	1,8	21,9
Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	71
Чай с сахаром	180/15	0,021	0,005	14,975	60

Технолог-калькулятор: Новикова Н.Н.
 Старший повар: Варф | Новикова В.В.