



Согласовано
Директор МБОУ «Среднетиганская СОШ»
Александровского муниципального района
Хаметшин М. З.



Утверждаю.
Председатель СПОСПК "Эдем"
Туркина А. А.

МЕНЮ
Пятница (неделя 1)

ЗАВТРАК

| Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|---|--------------|----------------------|-------------|--------------|--------------------------------|
| | | 1-4 классы | Белки | Жиры | |
| Помидоры свежие | 60 | 0,66 | 0,12 | 2,28 | 14 |
| Фрукт | 100 | 0,4 | 0,4 | 7,35 | 46,6 |
| Макароньы отварные со сливочным маслом | 150 | 5,47 | 6,37 | 34,34 | 204 |
| Тефтели мясные | 100 | 9,99 | 13,4 | 24,4 | 204 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 71 |
| Хлеб ржан-пшеничный | 20 | 1 | 0,2 | 9 | 44 |
| Чай с молоком | 150/50/15 | 1,6 | 1,65 | 15,36 | 70,69 |
| Цена завтрака / Итого за завтрак | 53,41 | 19,4 | 19,7 | 83,28 | 613,49 |

| Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|---|--------------|----------------------|---------------|---------------|--------------------------------|
| | | 5-11 классы | Белки | Жиры | |
| Салат картофельный с солеными огурцами | 100 | 1,17 | 5,1 | 11,09 | 106 |
| Макароньы отварные со сливочным маслом | 180 | 6,84 | 8,95 | 41,2 | 244,8 |
| Тефтели мясные | 100 | 9,99 | 13,4 | 24,4 | 204 |
| 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 | 22,581 | 22,835 | 97,025 | 709,23 |
| Родительская плата (за минусом субсидии 8,00 рублей) | 40,00 | | | | |

МЕНЮ на 8,00 рублей

| Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|----------------------|-------------|----------------------|-------|----------|--------------------------------|
| | | Белки | Жиры | Углеводы | |
| Кондитерское изделие | 50 | 1,28 | 1,12 | 26,4 | 138,6 |
| Чай с сахаром | 200/15 | 0,021 | 0,005 | 14,975 | 60 |

Технолог-калькулятор: Ястребова Р. З.

Старший повар: Макарова