

Согласовано  
Директор МБОУ-СОШ № 6

Утверждаю

муниципального  
образования Калининский  
район  
Ерошенко И.В.



МЕНЮ на 20 апреля 2024г.

неделя 1

день суббота

Категория школьников

с 12 лет

### ЗАВТРАК

наименование блюда	выход порции, гр.	энергетическая ценность, ккал	пищевые вещества			стоимость, руб.
			белки	жиры	углеводы	
Котлета	100	202,5	7,8	9,8	4	28,08
Каша гречневая рассыпчатая	150	155,7	3,78	8,28	31,5	15,8
Кисель витаминизированный	200	92	0	0	23	23,6
Хлеб пшеничный	35	81,83	2,76	0,35	16,9	2,58
Хлеб ржано-пшеничный	40	91,96	2,24	0,44	19,76	4,14
Фрукты свежие (яблоко)	100	47	0,4	0,4	9,8	8,91
<b>ИТОГО прием пищи</b>	<b>625</b>	<b>670,99</b>	<b>16,98</b>	<b>19,27</b>	<b>104,96</b>	<b>83,11</b>

### ОБЕД

наименование блюда	выход порции, гр.	энергетическая ценность, ккал	пищевые вещества			стоимость, руб.
			белки	жиры	углеводы	
Салат из моркови с яблоками	100	105,5	0,98	6,73	7,17	10,9
Суп с макаронными изделиями	250	103,75	1,8	4,92	10,92	6,45
Рыба припущенная с маслом	110	146	17,12	8,22	0,92	29,4
Картофельное пюре	180	166,76	3,1	9,15	17,99	18
Чай с сахаром	200	60	0,07	0,02	15	1,55
Хлеб пшеничный	70	163,66	5,52	0,7	33,8	5,16
Хлеб ржано-пшеничный	20	45,98	1,12	0,22	9,88	2,07
<b>ИТОГО прием пищи</b>	<b>930</b>	<b>791,65</b>	<b>29,71</b>	<b>29,96</b>	<b>95,68</b>	<b>73,53</b>

Повар