



Утверждаю:

МАОУ

«Ачирская
СОШ»

/Барсукова Г.Ш./

Меню для детей с 12 лет и старше на 09 ноября 2022 г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Горячий завтрак		16,6	14,2	44,8	374	
Фрикадельки из кур	100	10,8	10,9	5,4	163	39,31
Каша гречневая вязкая отварная	180	2,0	5,4	29,2	173	11,34
Чай с молоком	200	2,8	2,5	15,1	94	8,70
Хлеб пшеничный	60	3,0	0,8	24,3	117	4,73
Фрукты в ассортименте	100	0,4	0,0	14,4	59	15,91
						80,00
Обед		27,6	25,6	127,3	850	
Овощи свежие (огурцы)	100	0,7	0,1	1,9	11	9,43
Суп гороховый с гренками	250/20	3,1	4,1	31,7	176	8,89
Биточки рыбные	100	15,5	12,9	14,4	236	38,25
Картофель толченый, по деревенски	180	4,9	7,7	33,0	221	15,77
Сок в ассортименте	200	0,4	0,0	22,0	90	15,25
Хлеб пшеничный	60	3,0	0,8	24,3	117	4,79
Фрукты в ассортименте	100	0,4	0,0	14,4	59	17,22
						109,60
Полдник		0,0	0,0	0,0	0,0	
ИТОГО:		44	40	172	1224	189,60

Завхоз

Урал



Утверждаю:

/Барсукова Г.Ш./

Меню для детей с 7 до 10 лет на 09 ноября 2022 г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Горячий завтрак		7,0	18,2	67,3	504	
Фрикадельки из кур	100	1,1	10,9	5,4	163	39,31
Каша гречневая вязкая отварная	150	1,7	4,5	24,3	149	11,34
Чай с молоком	200	2,8	2,5	15,1	94	8,70
Хлеб пшеничный	20	1,0	0,3	8,1	39	4,73
Фрукт в ассортименте	100	0,4	0,0	14,4	59	15,91
Обед		0,0	0,0	0,0	0	
Полдник		0,0	0,0	0,0	0	
ИТОГО:		7	18	67	504	80,00

Завхоз Урал