«Утверждаю»

 Директор МБОУ

 «Карымкарская СОШ»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Хургунова С.Я.

**Меню на 15 февраля 2023г.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№****рец-ры** | **Наименование блюда** | **Выход****гр.** | **Выход****гр.** | **ккал** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **Цена**  | **Фото блюд** |
|  | **4 день** | **7-11 лет** | **12лет и старше** | **7-11 лет** | **12лет и старше** | **7-11 лет** | **12лет и старше** | **7-11 лет** | **12лет и старше** | **7-11 лет** | **12лет и старше** |  |  |
|  | **Завтрак:** | **Питание 44,00руб.** |  |  |
| 161 | 1. Суп молочный с крупой | 200 | 200 | 153,6 | 153,6 | 5,6 | 5,6 | 6,48 | 6,48 | 16,56 | 16,56 |  |
| 2 | 2. Бутерброд с джемом или повидлом | 65 | 65 | 184 | 184 | 2,94 | 2,94 | 4,64 | 4,64 | 16,38 | 16,38 |  |
| 692 | 3. Кофейный напиток  | 200 | 200 | 126,86 | 126,86 | 3,8 | 3,8 | 3,4 | 3,4 | 19,48 | 19,48 |  |
|  | 4. Сушки простые | 30 | 50 | 100,5 | 167,5 | 3,27 | 5,45 | 0,39 | 0,65 | 20,4 | 34 |  |
|  | Итого: | **495** | **515** | **564,96** | **631,96** | **15,61** | **17,79** | **14,91** | **15,17** | **72,82** | **86,42** | **44** |
|  | **Завтрак:** | **Питание 76,00руб.** |  |  |
| 179 | 1. Курица тушеная в томатном соусе | 90 | 100 | 135,9 | 151 | 9,54 | 10,6 | 11,99 | 13,32 | 3,31 | 3,68 |  |
| 186 | 2. Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 180 | 245 | 295 | 7,6 | 9,1 | 6,8 | 8,16 | 37,3 | 44,76 |  |
| 692 | 3. Кофейный напиток  | 200 | 200 | 126,86 | 126,86 | 3,8 | 3,8 | 3,4 | 3,4 | 19,48 | 19,48 |  |
| 8 | 4. Хлеб пшеничный | 40 | 50 | 20,24 | 25,3 | 3,28 | 4,1 | 0,56 | 0,7 | 0,52 | 0,65 |  |
| 41 | 5. Масло сливочное (порциями) | 10 | 15 | 75 | 112,5 | 0 | 0 | 8,2 | 12,3 | 0,1 | 0,15 |  |
| 915 | 6. Фрукт (апельсин) | 100 | 100 | 43 | 43 | 0,9 | 0,9 | 0,2 | 0,2 | 8,1 | 8,1 |  |
|  | Итого: | **590** | **645** | **646** | **753,66** | **25,12** | **28,5** | **31,15** | **38,08** | **68,81** | **76,82** | **76** |
|  | **Завтрак:** | **Питание 189,00руб.** |  |  |
| 161 | 1. Суп молочный с крупой | 200 | 200 | 153,6 | 153,6 | 5,6 | 5,6 | 6,48 | 6,48 | 16,56 | 16,56 |  |
| 2 | 2. Бутерброд с джемом или повидлом | 65 | 65 | 184 | 184 | 2,94 | 2,94 | 4,64 | 4,64 | 16,38 | 16,38 |  |
| 692 | 3. Кофейный напиток  | 200 | 200 | 126,86 | 126,86 | 3,8 | 3,8 | 3,4 | 3,4 | 19,48 | 19,48 |  |
| 45 | 4. Винегрет | 60 | 100 | 56,88 | 94,8 | 0,81 | 1,36 | 3,7 | 6,18 | 5,06 | 8,44 |  |
|  | 5. Сушки простые | 30 | 50 | 100,5 | 167,5 | 3,27 | 5,45 | 0,39 | 0,65 | 20,4 | 34 |  |
|  | Итого: | **555** | **615** | **621,84** | **726,76** | **16,42** | **19,15** | **18,61** | **21,35** | **77,88** | **94,86** |  |
|  | **Обед:** |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |  |
| 36/131 | 1. Свекольник со сметаной и яйцом | 200 | 250 | 124,81 | 156,017 | 6,08 | 7,608 | 7,39 | 9,24 | 8,99 | 11,242 |  |
| 179 | 2. Курица тушеная в томатном соусе | 90 | 100 | 135,9 | 151 | 9,54 | 10,6 | 11,99 | 13,32 | 3,31 | 3,68 |  |
| 186 | 3. Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 180 | 245 | 295 | 7,6 | 9,1 | 6,8 | 8,16 | 37,3 | 44,76 |  |
| 389 | 4. Сок виноградный | 200 | 200 | 136,4 | 136,4 | 0,6 | 0,6 | 0,4 | 0,4 | 32,6 | 32,6 |  |
| 8 | 5. Хлеб пшеничный | 60 | 80 | 30,36 | 40,48 | 4,92 | 6,56 | 0,84 | 1,12 | 0,78 | 1,04 |  |
| 915 | 6. Фрукт (апельсин) | 100 | 100 | 43 | 43 | 0,9 | 0,9 | 0,2 | 0,2 | 8,1 | 8,1 |  |
|  | Итого: | **800** | **910** | **715,47** | **821,897** | **29,64** | **35,368** | **27,62** | **32,44** | **91,08** | **101,422** |  |
|  | **Всего:** |  |  | **1337,3** | **1548,66** | **46,06** | **54,518** | **46,23** | **53,79** | **168,96** | **196,282** | **189** |