



Утверждаю
 Директор МБОУ «Ардинская СОШ»

Н.В.Васькина

МЕНЮ
 « 13 » *декабря* 20*23* г.

№ п/п	Наименование блюда	Химический состав				Энергетическая ценность в ккал
		Выход порции в граммах	Белки	Жиры	Углеводы	
1-4 классы						
Завтрак						
1	Каша геркулесовая с маслом	205	10,633	8,8	25,48	207,38
2	Сыр вар	100/40г	5,08	4,6	0,28	62,8
3	Консерв. сок	50	3,24	13,46	33,51	62,2845
4	Сок черной смородины	200	2,7	0,27	5,07	33,51
5	Хлеб пш.	100	3,0	0,0	8,1	43,0
6	Цена: Пирожок с черной смородиной	4шт	5,0	8,3	12,38	213,0
1-11 классы						
Обед						
1	Борщ с квашеной капустой, со сметаной	200/200г	6,44	7,42	14,43	142,31
2	100	16,34	14,22	0,84	187,16	
3	Квашеная капуста с соевым соусом	150/30	1,33	4,62	2,57	148,84
4	Консерв. кукуруза	60	1,86	0,12	3,8	24,12
5	Чай с сахаром	200	0,07	0,01	15,31	61,62
6	Хлеб пш.	40	3,0	0,0	2,0	84,0
7	Хлеб гр.	45	3,0	0,0	3,0	68,0
Цена: 61 руб 51 коп						
ОВЗ						
Завтрак						
1	Каша геркулесовая с маслом	205	6,33	8,8	25,48	207,38
2	Сок черной смородины	200	2,7	0,27	5,07	33,51
3	Хлеб пш.	40	3,0	0,0	2,0	84,0
Обед						
1	Борщ с квашеной капустой, со сметаной	200/200г	6,44	7,42	14,43	142,31
2	Курочка отварная	100	16,34	14,22	0,84	187,16
3	Квашеная капуста с соевым соусом	150/30	1,33	4,62	2,57	148,84
4	Консерв. кукуруза	60	1,86	0,12	3,8	24,12
5	Чай с сахаром	200	0,07	0,01	15,31	61,62
6	Хлеб пш.	40	3,0	0,0	2,0	84,0
7	Хлеб гр.	45	3,0	0,0	3,0	68,0
Цена: 84 руб 03 коп						
Полдник						
1	Круассон со сыром и колбасой	100г	6,2	13,7	45,7	368,0
2	Круассон со сыром и колбасой	200	2,68	9,8	26,01	154,13
Цена						

Калькулятор:

Ш

Шабалина С.А.