



Утверждаю
 Директор МБОУ «Ардинская СОШ»
 Н.В.Васькина

МЕНИЮ

« 28 » апреля 2023 г.

№ п/п	Наименование блюда	Химический состав				
		Выход порции в граммах	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность в ккал
1-4 классы						
Завтрак						
1	Каша пшеничная с медом	205	7,44	8,07	35,28	243,82
2	Печенье	50	3,25	4,8	27,2	208,2
3	Шоколад	20	2,5	11,0	31,5	330,0
4	Чай		0,0	0,2	0,1	43,0
5	Кефир 1% со вкусом	200	4,7	5,0	31,8	181,0
6	Хлеб пш	40	3,0	0,0	2,0	84,0
	Цена: 40 руб 09 коп					
1-11 классы						
Обед						
1	Суп мясной с консерв	200	6,22	8,21	18,38	100,88
2	100	16,34	14,22	9,84	187,16	
3	Рис отваренный с соусом	150/30	3,83	5,03	40,28	225,0
4	Овощи в	50	0,4	0,05	1,4	7,5
5	Кефир со вкусом	200	4,7	5,0	31,8	181,0
6	Хлеб пш	40	3,0	0,0	2,0	84,0
7	Цена: 45 руб 87 коп					
ОВЗ						
Завтрак						
1	Каша пшеничная с медом	205	7,44	8,07	35,28	243,82
2	Кефир 1% со вкусом	200	4,7	5,0	31,8	181,0
3	Хлеб пш	40	3,0	0,0	2,0	84,0
Обед						
1	Суп мясной с консерв	200	6,22	8,21	18,38	100,88
2	Картофель отваренный	100	16,34	14,22	9,84	187,16
3	Рис отв с соусом	150/30	3,83	5,03	40,28	225,0
4	Овощи в	50	0,4	0,05	1,4	7,5
5	Кефир со вкусом	200	4,7	5,0	31,8	181,0
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: 54 руб 88 коп					
Полдник						
1	Ватрушка	6	3,47	6,36	21,5	187,28
2	Сок кефир	200	4,0	0,0	21,2	87,8
	Цена: 34 руб 20 коп					

Калькулятор:

Шабалина С.А.