



Утверждаю
Директор МБОУ «Ардинская СОШ»

Н.В.Васькина

МЕНЮ

« 20 » января 2023 г.

№ п/п	Наименование блюда	Химический состав				Энергетическая ценность в ккал
		Выход порции в граммах	Белки	Жиры	Углеводы	
1-4 классы						
Завтрак						
1	Каша пшеничная с маслом 205	7,44	8,07	35,28	243,92	
2	Чай с сахаром 200	0,3	0,86	15,2	62,0	
3	Хлеб пш	40	3,0	9,0	106,0	
Цена: 70 руб 42 коп						
1-11 классы						
Обед						
1	Щи из св. капусты с квасом 250	5,44	1,86	5,68	89,12	
2	Морское по-домашнему с супом 200	22,54	17,33	22,13	334,08	
3	Копченое свиное сало 100	1,0	9,06	6,0	273	
4	Каша пшеничная с маслом 200	4,2	9,0	38,8	139,2	
5	Хлеб пш	40	3,0	9,0	106,0	
6	Хлеб рж	50	3,0	9,0	106,0	
7	Кефир 50					
Цена: 84 руб 48 коп						
ОВЗ						
Завтрак						
1	Каша пшеничная с маслом 205	7,44	8,07	35,28	243,92	
2	Чай с сахаром 200	0,3	0,86	15,2	62,0	
3	Хлеб пш	40	3,0	9,0	106,0	
Обед						
1	Щи из св. капусты с квасом 250	5,44	1,86	5,68	89,12	
2	Морское по-домашнему с супом 200	22,54	17,33	22,13	334,08	
3	Копченое свиное сало 100	1,0	9,06	6,0	273	
4	Каша пшеничная с маслом 200	4,2	9,0	38,8	139,2	
5	Хлеб пш	40	3,0	9,0	106,0	
6	Хлеб рж	50	3,0	9,0	106,0	
Цена: 100 руб 52 коп						
Полдник						
1	Булочка 1шт/100	3,47	6,36	21,5	284,5	
2	Чай с сахаром 200	0,3	0,86	15,2	62,0	
Цена 36 руб 00 коп						

Калькулятор:

Шабалина С.А.