



Утверждаю

Директор МБОУ «Ардинская

СОШ»

Н.В.Васькина

МЕНЮ

« 22 » марта 2023 г.

№ п/п	Наименование блюда	Химический состав				Энергетическая ценность в ккал
		Выход порции в граммах	Белки	Жиры	Углеводы	
1-4 классы						
Завтрак						
1	Сыр малосольный с ролем	200	6,88	7,65	24,66	185,1
2	Булочка с маком	20/20	7,7	45,1	10,26	181,04
3	Молоко	100				
4	Чай с сахаром	20/15	0,12	—	15,44	62,24
5	Хлеб пш.	40	3,0	0,0	2,0	84,0
6	Цена: 58 руб 44 коп	65				
1-11 классы						
Обед						
1	Курица с картошкой, салат	200/20	6,32	7,51	10,48	181,53
2	Винегрет	50	7,3	7,0	9,3	130,8
3	Каша гречневая с маслом	150/30	7,82	6,24	54,68	148,84
4	Компот из фруктов	60	1,86	0,12	3,8	24,12
5	Каша пш.	200	6,56	0,0	27,88	113,88
6	Хлеб пш.	40	3,0	0,0	2,0	84,0
7	Хлеб рж.	45	3,0	0,0	3,0	68,0
8	Цена: 28 руб 54 коп	100				
ОВЗ						
Завтрак						
1	Сыр малосольный с ролем	200	6,88	7,65	24,66	185,1
2	Чай с сахаром	200	0,12	—	15,44	62,24
3	Хлеб пш.	40	3,0	0,0	2,0	84,0
Обед						
1	Курица с картошкой, салат	200/20	6,32	7,51	10,48	181,53
2	Винегрет	50	7,3	7,0	9,3	130,8
3	Каша гречневая с маслом	150/30	7,82	6,24	54,68	148,84
4	Компот из фруктов	60	1,86	0,12	3,8	24,12
5	Каша пш.	200	6,56	0,0	27,88	113,88
6	Хлеб пш.	40	3,0	0,0	2,0	84,0
7	Хлеб рж.	45	3,0	0,0	3,0	68,0
8	Цена: 100 руб 44 коп					
Полдник						
1	Пирожок	100	4,8	2,8	7,77	385,8
2	Каша пш.	200	1,36	—	29,08	116,18
3	Цена: 20 руб 33 коп					

Калькулятор:

Шабалина С.А.