

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МОУ «Шелангерская средняя  
общеобразовательная школа»  
\_\_\_\_\_ С.И. Самикова

**МЕНЮ НА 19 ДЕКАБРЯ 2022г.**

**с 5 кл. по 11кл.**

	белки	жиры	углеводы	Калории	выход	цена
1. Птица отварная	21,1	13,6	-	206,25	100	29,19
2. Макароны изделия отварные с соусом	7,83	2,69	28,69	240,9	200/50	6,80
3. Сок	1,0	0,2	20,2	92	200	13,20
4. Хлеб	1,74	0,64	12,54	60,88	30	1,80
Итого:	31,67	17,13	61,43	600,03		50,99

**с 1 кл. по 4 кл.**

	белки	жиры	углеводы	Калории	выход	цена
1. Рассольник на мясокостном бульоне	15,3	28,9	14,87	156,8	250	15,00
2. Птица отварная	21,1	13,6	-	206,25	100	29,19
3. Макароны изделия отварные с соусом	7,83	2,69	28,69	240,9	200/50	6,80
4. Сок	1,0	0,2	20,2	92	200	13,20
5. Хлеб	3,48	1,28	25,08	121,75	60	3,60
Итого:	48,71	46,67	88,84	817,7		67,79

**Многодетные**

	белки	жиры	углеводы	Калории	выход	цена
<b>Завтрак</b>						
1. Бутерброд с маслом	1,1	9,0	6,8	115	30/20	6,95
2. Каша пшенная на молоке	5,8	9,2	31,8	240	200/6	8,60
3. Кофейный напиток	2,24	2,1	25,03	118,8	200	6,40
4. Фрукты (яблоко)	0,4	0,4	10,3	44	100	18,75
Итого:	9,54	20,7	73,93	517,8		40,7
<b>Обед</b>						
1. Рассольник на мясокостном бульоне	15,3	28,9	14,87	156,8	250	15,00
2. Птица отварная	21,1	13,6	-	206,25	100	29,19
3. Макароны изделия отварные с соусом	7,83	2,69	28,69	240,9	200/50	6,80
4. Сок	1,0	0,2	20,2	92	200	13,20
5. Хлеб	3,48	1,28	25,08	121,75	60	3,60
Итого:	48,71	46,67	88,84	817,7		67,79
ВСЕГО	58,25	67,37	162,77	1335,5		108,49