

Утверждаю:

Руководитель образовательного учреждения

Всехсвятская основная школа

«13 октября» 2023 г.



| Возрастная группа 7-11 лет. | Выход блюда | Цена | белки | Жиры | углеводы | Энергетическая ценность |
|-------------------------------------|-------------|------|-------|------|----------|-------------------------|
| Завтрак: | | | | | | |
| Блинчики с сметаной | 150 | | 6,2 | 6,8 | 52,5 | 318 |
| Соус сметанный | 125 | | 3,5 | 3,1 | 17,3 | 112,5 |
| чай с печеньем сахарным | 200 | | 0,2 | 0,1 | 10 | 40 |
| Обед: | | | | | | |
| суп овощной порционный | 60 | | 0,2 | 0 | 0,5 | 2,8 |
| суп из овощей со сметаной | 200 | | 2,7 | 7,4 | 8,6 | 89,2 |
| котлеты рыбные с гарниром | 80 | | 7 | 5,7 | 8,9 | 118,4 |
| фарш картофельный | 150 | | 3,2 | 6,8 | 21,9 | 163,5 |
| картофель с соусом сметанным | 200 | | 0,2 | 0 | 35,4 | 142 |
| Фрукты | 50 | | 3,7 | 6,3 | 22 | 159 |
| чай стакан | 20 | | 1,3 | 0,2 | 9,9 | 46 |
| Возрастная группа 12-18 лет. | | | | | | |
| Завтрак: | | | | | | |
| Блинчики с сметаной | 225 | | 9,3 | 10,2 | 78,8 | 477 |
| Соус сметанный | 125 | | 3,5 | 3,1 | 17,3 | 112,5 |
| чай с печеньем сахарным | 200 | | 0,2 | 0,1 | 10 | 40 |
| Обед: | | | | | | |
| суп овощной порционный | 60 | | 0,2 | 0 | 0,5 | 2,8 |
| суп из овощей со сметаной | 250 | | 1,9 | 6,5 | 4,6 | 111,5 |
| котлеты рыбные | 160 | | 14 | 11,4 | 17,8 | 236,8 |
| фарш картофельный | 180 | | 3,8 | 8,2 | 26,3 | 196,2 |
| картофель с соусом сметанным | 200 | | 0,2 | 0 | 35,4 | 142 |
| Фрукты | 50 | | 3,7 | 6,3 | 22 | 159 |
| чай стакан | 20 | | 1,3 | 0,2 | 9,9 | 48 |

Повар Власова Сташенкова М.С.

Завхоз [Подпись] Ермакова О.К.