

Утверждаю:

Руководитель образовательного учреждения

Всехсвятская основная школа

Журкина Л.К.

« 13 » сентября 2023 г.



| Возрастная группа 7-11 лет.                   | Выход блюда | Цена | белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность |
|-----------------------------------------------|-------------|------|-------|------|----------|-------------------------|
| Завтрак:                                      |             |      |       |      |          |                         |
| Запеканка творожная с яблоками сушеными       | 150/50      |      | 30,2  | 17,9 | 51,5     | 496                     |
| Чай без сахара                                | 200         |      | 0,04  | 0,01 | 0        | 0,3                     |
| Ватопод йогуртовый                            | 20          |      | 1,6   | 0,2  | 10,3     | 52,4                    |
| Обед:                                         |             |      |       |      |          |                         |
| Каша гречневая порционная                     | 60          |      | 0,3   | 0    | 0,7      | 4                       |
| Борщ из свеклы капуста с картошкой и сметаной | 250         |      | 2,3   | 6,7  | 13,4     | 122,4                   |
| Мясные котлеты с томатным соусом              | 50/30       |      | 7,7   | 9,6  | 9        | 154,9                   |
| Машина картофельная расквашенная              | 150         |      | 8,7   | 7,8  | 42,6     | 297                     |
| Сливочный соус                                | 40          |      | 2,6   | 0,4  | 19,8     | 92                      |
| Компот из смеси фруктов                       | 200         |      | 0,2   | 0,1  | 3,3      | 138                     |
| Возрастная группа 12-18 лет.                  |             |      |       |      |          |                         |
| Завтрак:                                      |             |      |       |      |          |                         |
| Запеканка творожная с яблоками сушеными       | 150/50      |      | 30,2  | 17,9 | 51,9     | 496                     |
| Чай без сахара                                | 200         |      | 0,04  | 0,01 | 0        | 0,3                     |
| Ватопод йогуртовый                            | 20          |      | 1,6   | 0,2  | 10,3     | 52,4                    |
| Обед:                                         |             |      |       |      |          |                         |
| Каша гречневая порционная                     | 60          |      | 0,3   | 0    | 0,7      | 4                       |
| Борщ из свеклы капуста с картошкой и сметаной | 250         |      | 2,3   | 6,7  | 13,4     | 122,4                   |
| Мясные котлеты с томатным соусом              | 100/60      |      | 15,4  | 19,2 | 18       | 309,8                   |
| Машина картофельная расквашенная              | 180         |      | 10,7  | 9,4  | 51,1     | 334,8                   |
| Сливочный соус                                | 40          |      | 2,6   | 0,4  | 19,8     | 92                      |
| Компот из смеси фруктов                       | 200         |      | 0,2   | 0,1  | 3,3      | 138                     |

Повар Стелу Сташенкова М.С.

Завхоз

Ермакова О.К.