Утверждаю:

Руководитель образовательного учреждения

Всехсвятская основная школа Воеводина Г.

ОГРН 1027601459236

«30 сентября __2022г.

Возрастная группа 7-11 лет	Выход блюда	Це-на	белки	Жыры	углеводы	Энергети-ческая ценность
Завтрак						
Блинчики с джемом	150		9,3	10,2	78,8	477
йогурт фруктовый	125		3,5	3,1	17,3	112,5
чай с низким содержанием сахара	200		0,2	0,1	10	40
Яблоки свежие порционные	130		0,6	0,6	12,7	61,1
Обед						
помидоры свежие порционные	20		0,2	0	0,5	2,8
суп из овощей со сметаной	200		1,9	6,5	9,6	111,5
тефтели рыбные с томатным соусом	80		14	11,4	17,8	236,8
Картофельное пюре	150		3,8	8,2	26,3	196,2
компот из кураги с вит. С	200		0,2	0	3,5,4	142
булочка	50		3,7	6,3	22	159
хлеб ржаной	20		1,3	0,2	9,9	45
Возрастная группа 12-18 лет						
Завтрак						
Блинчики с джемом	225		6,2	6,8	52,5	477
йогурт фруктовый	125		3,8	3,1	17,3	112,5
чай с низким содерж. сахара	200		0,2	0,1	10	40
Обед						
помидоры свежие порцион.	20		0,2	0	0,5	2,8
суп из овощей со сметаной	250		2,7	4,7	8,6	111,5
тефтели рыбные с томатным соусом	160		7	5,7	8,9	236,8
Картофельное пюре	180		3,2	6,8	21,9	196,2
компот из кураги с вит. С	200		0,2	0	35,4	142
булочка	50		1,7	6,3	22	159
хлеб ржаной	20		1,3	0,2	9,9	45

Повар Сташ СташенковаМ.С.

Завхоз Ермакова О.К.