|  |  |
| --- | --- |
|  | Утверждаю ДиректорМБОУ «Сотниковская СОШ»Е.В. Полотовская \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |

**МЕНЮ 28.04.2022**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Завтрак** | **(7-11 лет)****гр.** | **Б** | **Ж** | **У** | Э/цккал | **(12-18 лет)****гр.** | **Б** | **Ж** | **У** | Э/цккал |
| Плов из птицы | **150 гр.** | 14,64 | 12,26 | 25,73 | 271,87 | **200 гр.** | 19,52 | 16,36 | 34,31 | 320,66 |
| Овощи консервир. | **60 гр.** | 0,7 | 3,05 | 8,38 | 63 | **100 гр.** | 0,5 | 0,07 | 1,37 | 11,52 |
| Соки овощные или ягодные | **200 гр.** | 0,9 | 0 | 18,18 | 76,00 | **200 гр.** | 0,9 | 0 | 18,18 | 76,00 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Итого завтрак:** |  | **15,96** | **12,32** | **45,05** | **361,07** |  | **21,12** | **16,46** | **54,39** | **412,66** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Обед** | **(7-11 лет)****гр.** | **Б** | **Ж** | **У** | Э/цккал | **(12-18 лет)****гр.** | **Б** | **Ж** | **У** | Э/цКкал |
| Борщ из свежей капусты со сметаной | **200/5 гр.** | 1,91 | 6,02 | 12,6 | 110 | **250/5 гр.** | 2,38 | 7,52 | 15,75 | 137,5 |
| Рыба запеченная с картофелем | **230 гр.** | 18,3 | 14,7 | 22,6 | 296,13 | **280 гр.** | 22,28 | 17,9 | 27,51 | 360,51 |
| Компот из сухофруктов | **200 гр.** | 0,61 | 0 | 33,38 | 128,4 | **200 гр.** | 0,61 | 0 | 33,38 | 128,4 |
| Выпечка | **60 гр.** | 4,43 | 7,64 | 12,49 | 136,00 | **80 гр.** | 5,91 | 10,19 | 16,65 | 181,33 |
| Кисломолочный продукт(снежок) | **100 гр.** | 2,9 | 2,5 | 4 | 53 | **100 гр.** | 2,9 | 2,5 | 4 | 53 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Итого за обед:** |  | **28,15** | **30,86** | **85,07** | **723,53** |  | **34,08** | **38,11** | **97,29** | **860,74** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Хлеб за весь день:** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Хлеб ржаной | **45 гр.** | 2,79 | 8,5 | 16,45 | 153,00 | **30 гр.** | 1,86 | 5,67 | 10,96 | 102,00 |
| Хлеб пшеничный | **75 гр.** | 6,56 | 0,67 | 85,73 | 199,74 | **120 гр.** | 10,51 | 1,08 | 137,16 | 319,59 |
|  |  | **9,35** | **9,17** | **102,18** | **352,74** |  | **12,37** | **6,75** | **148,12** | **421,59** |
| **Всего за весь день** |  | **53** | **52** | **232** | **1487** |  | **67** | **61** | **299** | **1691** |

Составила меню шеф-повар. \_\_Иванова О.В.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Ответственный за питание соц. педагог Суходолова А.В..\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_