

Директор школы: *Тегуров*

УТВЕРЖДАЮ  
/Федосова Н. В./

ПЛАН - МЕНЮ

*26/3 - 26/2*

№	Блюдо и гарнир			Кол-во порций	Сумма, руб. коп.	Калорийность порции	Белки	Жиры	Углеб. дн		
	Наименование и краткая характеристика	Номер блюда по сборнику рецептур, по ТТК, СТИ	Выход одного блюда, г								
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
<b>ЗАВТРАК 1-9 классы (социальная поддержка)</b>											
1	Капша овсяная	182	200	68	14,81	285	4,82	12,83	34,24		
2	Чай	346	200	68	1,78	28	0,2	0	14		
3	Ватоп	кром	30	68	3,51	45	2,4	0,3	14,7		
				Итого:	430	68	20,0	38,0	10,42	13,13	62,94
<b>ОБЕД 1-4 классы</b>											
1	Салат из свек. капусты	45	60	43	3,25	52,44	0,85	3,05	5,41		
2	Суп карт с бобов	102	200	43	13,86	107,8	4,39	4,22	13,06		
3	Рыба тушеная	229	165	43	44,80	165,0	15,25	8,63	4,18		
4	Рис отварен	302	150	43	11,67	203,55	3,60	4,32	34,53		
5	Кисель	332	200	43	5,26	160	0	0	39,4		
6	Ягод	кром	30	43	1,95	54	2,4	0,3	19,2		
7	Сок	кром	200	43	28,0	28,0	0	0	6,0		
				Итого:	1005	43	108,49	46,49	20,52	124,78	
<b>ОБЕД 5 - 9 классы</b>											
1	Салат из свек. капусты	45	100	43	5,41	24,4	1,44	5,08	9,02		
2	Суп карт с бобов	102	250	43	6,68	134,75	5,49	5,28	16,33		
3	Рыба тушеная	229	185	43	39,40	165	6,18	9,16	4,61		
4	Рис отварен	302	180	43	14,0	244,26	4,32	5,18	45,23		
5	Кисель	332	200	43	5,26	160	0	0	39,4		
6	Ягод	кром	30	43	1,95	54	2,4	0,3	19,2		
				Итого:	935	43	41,70	145,44	19,8	25,0	136,59

Завхоз *Колесникова* /Е.Н. Колесникова/