

Согласовано:

Куриосова ТБ
«10» 10 2023 г.

Утверждаю:
Директор МОУ « Новоакшинская СОШ»
Старостина С. В. Старостина
«10» 10 2023 г.

**Меню и основные показатели пищевой и энергетической ценности приготовляемых блюд для горячего питания
учащихся 7 – 11 лет МОУ « Новоакшинская средняя общеобразовательная школа » Старошайговского муниципального района
Республики Мордовия на учебный год**

8	Бутерброд с сыром	30/20	16	1	70	250	250	250	50	2	0,2		0,01	5,5
173	Каша вязкая молочная из пшенной крупы	200	7,85	10,1	49,4	320	133,7	201,2	42,2	2,15	0,127	0,87	49,8	0,
332	Кисель	200	0,31		39,4	160	22,46	18,5	5,58	0,19	0,012	2,4		0,
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,84	0,32	18,08	84,56	12,2	16,4	48	0,92	0,08			0,
	Итого		27,84	16,48	182,2	884,62	461,53	131,42	549,44	5,85				
Обед														
131	Икра овощная	120	0,94	7,05	7,07	102	28,08	18,54	31,25	1,2	0,02	7,64		
102	Суп картофельный с горохом с мясом	200/40	7,8	48	15,94	552,3	53	35,5	64,1	2,6	0,29	1	161,8	1,
312	Картофельное пюре	200	3,09	4,85	20,6	138,6	37,3	28	85,95	112	0,14	18,34	25,5	0,
279	Тефтели	150	58,5	6,36	7,45	109,8	20,3	64,3	7,3	0,63	0,04	0,52	24,6	
868	Чай	200	0,04		24,76	94,2	6,4		3,6	0,18	0,01	1,08		0,
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,42	0,16	9,04	42,28	6,1	8,2	24	0,46	0,04			0,
	Хлеб пшеничный 1 сорта	40	3,1	0,2	20,1	94,7	9,2	13,2	33,6	0,8	0,01			0,
	Итого		33,27	71,14	97,51	1189,08	171,28	119,44	356,9	118,68	0,63	28,06	203,3	2,

Согласовано:

Пурсисова Т.В.
«10» 10 2023 г.

Утверждаю:
Директор МОУ « Новоакшинская СОШ»

В. Старостина
«10» 10 2023 г.

**Меню и основные показатели пищевой и энергетической ценности приготовляемых блюд для горячего питания
учащихся 11 – 17 лет МОУ « Новоакшинская средняя общеобразовательная школа » Старошайговского муниципального района
Республики Мордовия на учебный год**

Завтрак		Вторник (2 неделя)												
		50/20	16	1	70	250	250	250	50	2	0,2		0,01	5,5
8	Бутерброд с сыром													
173	Каша вязкая молочная из пшенной крупы	250	9,8	12,6	61,7	400	167,1	288,6	52,7	2,68	0,158	1,08	37	0,
332	Кисель	200	0,31		39,4	160	22,46	18,5	5,58	0,19	0,012	2,4		0,
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,9	0,25	25,1	118,4	11,5	16,5	42	1	0,125			1
	Итого		30,85	18,91	201,52	998,46	494,23	142,02	630,84	6,46	0,525	41,78	37,21	11,
Обед														
131	Икра овощная	150	0,94	7,05	7,07	102	28,08	18,54	31,25	1,2	0,02	7,64		1,
102	Суп картофельный с горохом с мясом	250/40	9,4	57,6	19,2	662,8	63,6	42,7	76,92	3,2	0,35	1,2	194,16	0,
312	Картофельное пюре	250	4,12	6,4	27,4	184,8	49,7	37,3	114,6	149,3	0,18	24,4	34	0,
279	Тефтели	150	73,2	7,95	9,32	137,2	25,4	12,1	102,88	0,79	0,05	0,65	39,36	
868	Чай с сахаром	200	0,04		24,76	94,2	6,4		3,6	0,18	0,01	1,08		0,
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,13	0,24	13,56	63,42	9,15	12,3	36	0,69	0,06			1,
	Хлеб пшеничный I сорта	60	4,65	0,3	30,15	142,05	13,8	19,8	50,4	1,2	0,15			3,
	Итого		42,38	85,19	122,14	1455,52	209,73	150,64	155,77	157,57	0,81	34,32	248,16	