

**МБОУ Приаргунская СОШ (начальная)**

**Меню 19.10.2021 год**  
**Возрастная группа детей от 7 до 11 лет.**

| Прием пищи              | Наименование блюда                                                                                        | Вес<br>блюда | Пищевые вещества |              |               | Эн./ц.        | Цена          | №<br>рецептуры |
|-------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|--------------|---------------|---------------|---------------|----------------|
|                         |                                                                                                           |              | Белки            | Жиры         | Углеводы      |               |               |                |
| <b>1 смена</b>          | Картофельное пюре (картофель, молоко 3,2 %, масло слив, соль)                                             | 150          | 2,1              | 1,4          | 24,4          | 137,25        | 14            | 312            |
|                         | Гуляш с говядиной (мясо вар. Говядина, масло раст, мука, том паста, приправа, соль, морковь, лук, чеснок) | 100          | 1,9              | 7,3          | 15,5          | 91,2          | 33            | 246            |
|                         | Салат свекольный с сыром (свекла, масло раст, соль, сыр, чеснок)                                          | 60           | 2,8              | 2,3          | 8,3           | 79,14         | 10            | 50             |
|                         | Хлеб                                                                                                      | 70           | 3,16             | 0,4          | 7,35          | 93,52         | 2             | ПР             |
|                         | Булочка                                                                                                   | 50           | 3,75             | 6,6          | 30,45         | 197           | 10            | ПР             |
|                         | Печенье мультизлаковое                                                                                    | 75           | 3,75             | 6,6          | 30,45         | 197           | 61,22         | ПР             |
|                         | Компот (вода, сухофрукты, сахар)                                                                          | 200          | 0,9              | 0,09         | 32,01         | 132,8         | 7             | 349            |
| <b>Итого за 1 смену</b> |                                                                                                           | <b>705</b>   | <b>18,36</b>     | <b>24,69</b> | <b>148,46</b> | <b>790,66</b> | <b>137,22</b> |                |
| <b>2 смена</b>          | Картофельное пюре (картофель, молоко 3,2 %, масло слив, соль)                                             | 150          | 2,1              | 1,4          | 24,4          | 137,25        | 14            | 312            |
|                         | Гуляш с говядиной (мясо вар. Говядина, масло раст, мука, том паста, приправа, соль, морковь, лук, чеснок) | 100          | 1,9              | 7,3          | 15,5          | 91,2          | 33            | 246            |
|                         | Салат свекольный с сыром (свекла, масло раст, соль, сыр, чеснок)                                          | 60           | 2,8              | 2,3          | 8,3           | 79,14         | 10            | 50             |
|                         | Хлеб                                                                                                      | 70           | 3,16             | 0,4          | 7,35          | 93,52         | 2             | ПР             |
|                         | Булочка                                                                                                   | 50           | 3,75             | 6,6          | 30,45         | 197           | 10            | ПР             |
|                         | Печенье мультизлаковое                                                                                    | 75           | 3,75             | 6,6          | 30,45         | 197           | 61,22         | ПР             |
|                         | Компот (вода, сухофрукты, сахар)                                                                          | 200          | 0,9              | 0,09         | 32,01         | 132,8         | 7             | 349            |
| <b>Итого за обед</b>    |                                                                                                           | <b>705</b>   | <b>18,36</b>     | <b>24,69</b> | <b>148,46</b> | <b>927,91</b> | <b>137,22</b> |                |