|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***УТВЕРЖДАЮ***  ***Директор МАОУ "Савинская средняя школа"***  ***Структурное подразделение «Савинский детский сад «Созвездие»***  ***\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ О.Г. Модзгвришвили*** | | ***09.09.2021 (Начальная школа 7-11 лет(лет.-осен.), 2чт)*** | |
|  |  |  |  |
| ***Меню СКК*** | | | |
|  |  |  |  |
| **Выход (г)** | **Наименование блюда** | **эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)** | **Стоимость питания (руб)** |
| ***Завтрак*** | | |  |
| ***45*** | ***Бутерброд с сыром (1-й вариант)*** | Калорийность-153, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-10, Магний-13 | ***=*** |
| ***180*** | ***Пудинг из творога с рисом*** | Калорийность-361, Белки-31, Жиры-11, Углеводы-35, ВитаминА-86, Магний-43 | ***=*** |
| ***50*** | ***Повидло, джем, варенье (порциями)*** | Калорийность-131, Углеводы-33, Магний-4 | ***=*** |
| ***25*** | ***Батон нарезной.*** | Калорийность-66, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13, Магний-3 | ***=*** |
| ***200*** | ***Кофейный напиток с молоком.*** | Калорийность-79, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-16, ВитаминС-1, Магний-14 | ***=*** |
| **Итого за Завтрак** | | Калорийность-790, Белки-43, Жиры-25, Углеводы-107, ВитаминА-86, ВитаминС-1, Магний-77 | ***=*** |
| ***Обед*** | | |  |
| ***60*** | ***Салат из свеклы с чесноком*** | Калорийность-79, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-5, ВитаминС-3, Магний-13 | ***=*** |
| ***200*** | ***Рассольник ленинградский.*** | Калорийность-97, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-13, ВитаминС-6, Магний-21 | ***=*** |
| ***5*** | ***Сметана.*** | Калорийность-8, Жиры-1 | ***=*** |
| ***90*** | ***Котлеты рыбные.*** | Калорийность-102, Белки-13, Жиры-2, Углеводы-9, Магний-21 | ***=*** |
| ***150*** | ***Пюре картофельное*** | Калорийность-102, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-9, ВитаминА-30, ВитаминС-4, Магний-25 | ***=*** |
| ***200*** | ***Компот из смеси сухофруктов.*** | Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-20, Магний-14 | ***=*** |
| ***30*** | ***Хлеб пшеничный.*** | Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4 | ***=*** |
| ***45*** | ***Хлеб ржаной.*** | Калорийность-78, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-15 | ***=*** |
| **Итого за Обед** | | Калорийность-620, Белки-25, Жиры-20, Углеводы-86, ВитаминА-30, ВитаминС-13, Магний-98 | ***=*** |
| **Итого за день** | | Калорийность-1 410, Белки-68, Жиры-45, Углеводы-193, ВитаминА-116, ВитаминС-14, Магний-175 | ***129-33*** |
|  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ИП |  | Протасов Р.О. | Заведующая столовой |  |  | Техник-технолог |  | Халиуллина С.П. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***УТВЕРЖДАЮ***  ***Директор МАОУ "Савинская средняя школа"***  ***Структурное подразделение «Савинский детский сад «Созвездие»***  ***\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ О.Г. Модзгвришвили*** | | ***09.09.2021 (Средняя школа 12 лет и старше (лет.-осен.), 2чт)*** | |
|  |  |  |  |
| ***Меню с 12 лет и старше*** | | | |
|  |  |  |  |
| **Выход (г)** | **Наименование блюда** | **эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)** | **Стоимость питания (руб)** |
| ***Обед*** | | |  |
| ***100*** | ***Салат из свеклы с чесноком*** | Калорийность-131, Белки-2, Жиры-10, Углеводы-9, ВитаминС-6, Магний-21 | ***=*** |
| ***250*** | ***Рассольник ленинградский.*** | Калорийность-121, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-16, ВитаминС-8, Магний-26 | ***=*** |
| ***10*** | ***Сметана.*** | Калорийность-16, Жиры-2 | ***=*** |
| ***100*** | ***Котлеты рыбные.*** | Калорийность-113, Белки-14, Жиры-2, Углеводы-10, Магний-23 | ***=*** |
| ***180*** | ***Пюре картофельное*** | Калорийность-122, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-11, ВитаминА-36, ВитаминС-5, Магний-30 | ***=*** |
| ***200*** | ***Компот из смеси сухофруктов.*** | Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-20, Магний-14 | ***=*** |
| ***40*** | ***Хлеб пшеничный.*** | Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6 | ***=*** |
| ***55*** | ***Хлеб ржаной.*** | Калорийность-96, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-18 | ***=*** |
| **Итого за Обед** | | Калорийность-778, Белки-30, Жиры-27, Углеводы-104, ВитаминА-36, ВитаминС-19, Магний-120 | ***84-66*** |
| **Итого за день** | | Калорийность-778, Белки-30, Жиры-27, Углеводы-104, ВитаминА-36, ВитаминС-19, Магний-120 | ***=*** |
|  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ИП |  | Протасов Р.О. | Заведующая столовой |  |  | Техник-технолог |  | Халиуллина С.П. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***УТВЕРЖДАЮ***  ***Директор МАОУ "Савинская средняя школа"***  ***Структурное подразделение «Савинский детский сад «Созвездие»***  ***\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ О.Г. Модзгвришвили*** | | ***09.09.2021 (Начальная школа 7-11 лет(лет.-осен.), 2чт)*** | |
|  |  |  |  |
| ***Меню с 7-11 лет*** | | | |
|  |  |  |  |
| **Выход (г)** | **Наименование блюда** | **эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)** | **Стоимость питания (руб)** |
| ***Обед*** | | |  |
| ***60*** | ***Салат из свеклы с чесноком*** | Калорийность-79, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-5, ВитаминС-3, Магний-13 | ***=*** |
| ***200*** | ***Рассольник ленинградский.*** | Калорийность-97, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-13, ВитаминС-6, Магний-21 | ***=*** |
| ***5*** | ***Сметана.*** | Калорийность-8, Жиры-1 | ***=*** |
| ***90*** | ***Котлеты рыбные.*** | Калорийность-102, Белки-13, Жиры-2, Углеводы-9, Магний-21 | ***=*** |
| ***150*** | ***Пюре картофельное*** | Калорийность-102, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-9, ВитаминА-30, ВитаминС-4, Магний-25 | ***=*** |
| ***200*** | ***Компот из смеси сухофруктов.*** | Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-20, Магний-14 | ***=*** |
| ***30*** | ***Хлеб пшеничный.*** | Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4 | ***=*** |
| ***45*** | ***Хлеб ржаной.*** | Калорийность-78, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-15 | ***=*** |
| **Итого за Обед** | | Калорийность-620, Белки-25, Жиры-20, Углеводы-86, ВитаминА-30, ВитаминС-13, Магний-98 | ***75-50*** |
| **Итого за день** | | Калорийность-1 410, Белки-68, Жиры-45, Углеводы-193, ВитаминА-116, ВитаминС-14, Магний-175 |  |
|  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ИП |  | Протасов Р.О. | Заведующая столовой |  |  | Техник-технолог |  | Халиуллина С.П. |