|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***УТВЕРЖДАЮ***  ***Директор МАОУ "Савинская средняя школа"***  ***\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ О.Г. Модзгвришвили*** | | ***10.09.2021 (Начальная школа 7-11 лет(лет.-осен.), 2пт)*** | |
|  |  |  |  |
| ***Меню СКК*** | | | |
|  |  |  |  |
| **Выход (г)** | **Наименование блюда** | **эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)** | **Стоимость питания (руб)** |
| ***Завтрак*** | | |  |
| ***70*** | ***Булочка домашняя.*** | Калорийность-272, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-42, Магний-7 | ***=*** |
| ***40*** | ***Яйца вареные.*** | Калорийность-63, Белки-5, Жиры-5, Магний-5 | ***=*** |
| ***200*** | ***Каша пшенная молочная жидкая.*** | Калорийность-200, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-29, ВитаминА-37, ВитаминС-1, Магний-37 | ***=*** |
| ***40*** | ***Хлеб пшеничный.*** | Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6 | ***=*** |
| ***200*** | ***Чай с сахаром*** | Калорийность-38, Углеводы-9, Магний-4 | ***=*** |
| **Итого за Завтрак** | | Калорийность-667, Белки-19, Жиры-21, Углеводы-100, ВитаминА-37, ВитаминС-1, Магний-59 | ***=*** |
| ***Обед*** | | |  |
| ***60*** | ***Овощи натуральные (помидоры).*** | Калорийность-14, Белки-1, Углеводы-2, ВитаминС-15, Магний-12 | ***=*** |
| ***200*** | ***Борщ с капустой и картофелем.*** | Калорийность-76, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-9, ВитаминС-8, Магний-21 | ***=*** |
| ***5*** | ***Сметана.*** | Калорийность-8, Жиры-1 | ***=*** |
| ***90*** | ***Котлеты Школьные*** | Калорийность-189, Белки-13, Жиры-10, Углеводы-11, ВитаминА-22, ВитаминС-1, Магний-19 | ***=*** |
| ***150*** | ***Макаронные изделия отварные.*** | Калорийность-145, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-29, Магний-8 | ***=*** |
| ***200*** | ***Компот из яблок и ягод замороженных*** | Калорийность-45, Углеводы-11, ВитаминС-9, Магний-4 | ***=*** |
| ***30*** | ***Хлеб пшеничный.*** | Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4 | ***=*** |
| ***45*** | ***Хлеб ржаной.*** | Калорийность-78, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-15 | ***=*** |
| ***150*** | ***Плоды свежие*** | Калорийность-71, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15, ВитаминС-15 | ***=*** |
| **Итого за Обед** | | Калорийность-697, Белки-27, Жиры-18, Углеводы-107, ВитаминА-22, ВитаминС-48, Магний-68 | ***=*** |
| **Итого за день** | | Калорийность-1 363, Белки-46, Жиры-39, Углеводы-207, ВитаминА-59, ВитаминС-49, Магний-127 | ***129-33*** |
|  |  |  |  |

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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***УТВЕРЖДАЮ***  ***Директор МАОУ "Савинская средняя школа"***  ***\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ О.Г. Модзгвришвили*** | | ***10.09.2021 (Средняя школа 12 лет и старше (лет.-осен.), 2пт)*** | |
|  |  |  |  |
| ***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*** | ***Овощи натуральные (помидоры).*** | Калорийность-24, Белки-1, Углеводы-4, ВитаминС-25, Магний-20 | ***=*** |
| ***250*** | ***Борщ с капустой и картофелем.*** | Калорийность-95, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-11, ВитаминС-10, Магний-26 | ***=*** |
| ***10*** | ***Сметана.*** | Калорийность-16, Жиры-2 | ***=*** |
| ***100*** | ***Котлеты Школьные*** | Калорийность-210, Белки-15, Жиры-11, Углеводы-13, ВитаминА-25, ВитаминС-1, Магний-21 | ***=*** |
| ***180*** | ***Макаронные изделия отварные.*** | Калорийность-174, Белки-7, Жиры-1, Углеводы-35, Магний-10 | ***=*** |
| ***200*** | ***Компот из яблок и ягод замороженных*** | Калорийность-45, Углеводы-11, ВитаминС-9, Магний-4 | ***=*** |
| ***40*** | ***Хлеб пшеничный.*** | Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6 | ***=*** |
| ***55*** | ***Хлеб ржаной.*** | Калорийность-96, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-18 | ***=*** |
| ***150*** | ***Плоды свежие*** | Калорийность-71, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15, ВитаминС-15 | ***=*** |
| **Итого за Обед** | | Калорийность-824, Белки-33, Жиры-21, Углеводы-127, ВитаминА-25, ВитаминС-60, Магний-87 | ***84-66*** |
| **Итого за день** | | Калорийность-824, Белки-33, Жиры-21, Углеводы-127, ВитаминА-25, ВитаминС-60, Магний-87 |  |
|  |  |  |  |

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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***УТВЕРЖДАЮ***  ***Директор МАОУ "Савинская средняя школа"***  ***\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ О.Г. Модзгвришвили*** | | ***10.09.2021 (Начальная школа 7-11 лет(лет.-осен.), 2пт)*** | |
|  |  |  |  |
| ***Меню с 7-10 лет*** | | | |
|  |  |  |  |
| **Выход (г)** | **Наименование блюда** | **эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)** | **Стоимость питания (руб)** |
| ***Обед*** | | |  |
| ***60*** | ***Овощи натуральные (помидоры).*** | Калорийность-14, Белки-1, Углеводы-2, ВитаминС-15, Магний-12 | ***=*** |
| ***200*** | ***Борщ с капустой и картофелем.*** | Калорийность-76, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-9, ВитаминС-8, Магний-21 | ***=*** |
| ***5*** | ***Сметана.*** | Калорийность-8, Жиры-1 | ***=*** |
| ***90*** | ***Котлеты Школьные*** | Калорийность-189, Белки-13, Жиры-10, Углеводы-11, ВитаминА-22, ВитаминС-1, Магний-19 | ***=*** |
| ***150*** | ***Макаронные изделия отварные.*** | Калорийность-145, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-29, Магний-8 | ***=*** |
| ***200*** | ***Компот из яблок и ягод замороженных*** | Калорийность-45, Углеводы-11, ВитаминС-9, Магний-4 | ***=*** |
| ***30*** | ***Хлеб пшеничный.*** | Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4 | ***=*** |
| ***45*** | ***Хлеб ржаной.*** | Калорийность-78, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-15 | ***=*** |
| ***150*** | ***Плоды свежие*** | Калорийность-71, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15, ВитаминС-15 | ***=*** |
| **Итого за Обед** | | Калорийность-697, Белки-27, Жиры-18, Углеводы-107, ВитаминА-22, ВитаминС-48, Магний-68 | ***75-50*** |
| **Итого за день** | | Калорийность-1 363, Белки-46, Жиры-39, Углеводы-207, ВитаминА-59, ВитаминС-49, Магний-127 |  |
|  |  |  |  |

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