|  |  |
| --- | --- |
| ***УТВЕРЖДАЮ*** ***Директор МАОУ "Савинская средняя школа"*** ***Структурное подразделение «Савинский детский сад «Созвездие»******\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ О.Г. Модзгвришвили*** | ***28.09.2021 (Начальная школа 7-11 лет(лет.-осен.), 1вт)*** |
|  |  |  |  |
| ***Меню с 7-11 лет*** |
|  |  |  |  |
| **Выход (г)** | **Наименование блюда** | **эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),витамины (мг), микроэлементы (мг)** | **Стоимость питания (руб)** |
| ***Завтрак*** |  |
| ***150*** | ***Запеканка из творога.*** | Калорийность-310, Белки-32, Жиры-9, Углеводы-25, ВитаминА-65, ВитаминС-1, Магний-38 | ***=*** |
| ***30*** | ***Молоко сгущенное.*** | Калорийность-98, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-17 | ***=*** |
| ***200*** | ***Кофейный напиток с молоком.*** | Калорийность-79, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-16, ВитаминС-1, Магний-14 | ***=*** |
| ***40*** | ***Хлеб пшеничный.*** | Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6 | ***=*** |
| ***150*** | ***Плоды свежие*** | Калорийность-71, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15, ВитаминС-15 | ***=*** |
| **Итого за Завтрак** | Калорийность-652, Белки-41, Жиры-16, Углеводы-93, ВитаминА-65, ВитаминС-17, Магний-58 | ***=*** |
| ***Обед*** |  |
| ***60*** | ***Овощи натуральные (помидоры).*** | Калорийность-14, Белки-1, Углеводы-2, ВитаминС-15, Магний-12 | ***=*** |
| ***200*** | ***Суп с рыбными консервами.*** | Калорийность-133, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-13, ВитаминС-6, Магний-39 | ***=*** |
| ***200*** | ***Жаркое по-домашнему.*** | Калорийность-345, Белки-24, Жиры-21, Углеводы-15, ВитаминС-7, Магний-51 | ***=*** |
| ***200*** | ***Компот из смеси сухофруктов.*** | Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-20, Магний-14 | ***=*** |
| ***45*** | ***Хлеб ржаной.*** | Калорийность-78, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-15 | ***=*** |
| ***30*** | ***Хлеб пшеничный.*** | Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4 | ***=*** |
| **Итого за Обед** | Калорийность-725, Белки-38, Жиры-28, Углеводы-80, ВитаминС-28, Магний-120 | ***=*** |
| **Итого за день** | Калорийность-1 377, Белки-79, Жиры-44, Углеводы-173, ВитаминА-65, ВитаминС-45, Магний-178 | ***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*** | ***28.09.2021 (Средняя школа 12 лет и старше (лет.-осен.), 1вт)*** |
|  |  |  |  |
| ***Меню с12 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*** | ***Суп с рыбными консервами.*** | Калорийность-166, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-16, ВитаминС-8, Магний-48 | ***=*** |
| ***220*** | ***Жаркое по-домашнему.*** | Калорийность-379, Белки-26, Жиры-23, Углеводы-17, ВитаминС-8, Магний-56 | ***=*** |
| ***200*** | ***Компот из смеси сухофруктов.*** | Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-20, Магний-14 | ***=*** |
| ***55*** | ***Хлеб ржаной.*** | Калорийность-96, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-18 | ***=*** |
| ***40*** | ***Хлеб пшеничный.*** | Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6 | ***=*** |
| **Итого за Обед** | Калорийность-843, Белки-44, Жиры-31, Углеводы-95, ВитаминС-41, Магний-144 | ***84-66*** |
| **Итого за день** | Калорийность-843, Белки-44, Жиры-31, Углеводы-95, ВитаминС-41, Магний-144 |  |
|  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 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*** | ***28.09.2021 (Начальная школа 7-11 лет(лет.-осен.), 1вт)*** |
|  |  |  |  |
| ***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*** | ***Овощи натуральные (помидоры).*** | Калорийность-14, Белки-1, Углеводы-2, ВитаминС-15, Магний-12 | ***=*** |
| ***200*** | ***Суп с рыбными консервами.*** | Калорийность-133, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-13, ВитаминС-6, Магний-39 | ***=*** |
| ***200*** | ***Жаркое по-домашнему.*** | Калорийность-345, Белки-24, Жиры-21, Углеводы-15, ВитаминС-7, Магний-51 | ***=*** |
| ***200*** | ***Компот из смеси сухофруктов.*** | Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-20, Магний-14 | ***=*** |
| ***45*** | ***Хлеб ржаной.*** | Калорийность-78, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-15 | ***=*** |
| ***30*** | ***Хлеб пшеничный.*** | Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4 | ***=*** |
| **Итого за Обед** | Калорийность-725, Белки-38, Жиры-28, Углеводы-80, ВитаминС-28, Магний-120 | ***75-50*** |
| **Итого за день** | Калорийность-1 377, Белки-79, Жиры-44, Углеводы-173, ВитаминА-65, ВитаминС-45, Магний-178 |  |
|  |  |  |  |

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