УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ "СОШ №61" г.Чебоксары
_____ Н.М.Гурьева

М Е Н Ю
на 14 апреля 2021г.
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА

5-11 классы

Наименование блюда	ЦЕНА	выход (гр)	Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества							
			Белки	Жиры	Углеводы	Калл	A	B	C	E	Ca	Mg	P	Fe
завтрак														
Сыр порциями	10-59	20	4,60	5,80	0,00	72,00	0,09	0,07	0,32	0,10	200,00	10,00	108,00	0,22
Каша молочная рисовая с маслом	9-91	200/5	6,37	10,68	32,15	256,00	0,08	0,09	1,32	0,70	129,79	29,44	138,40	0,43
Чай с лимоном	2-32	200	0,26	0,06	15,22	59,00	0,00	0,00	2,90	0,00	8,05	5,24	9,78	0,91
Хлеб пшеничный	2-18	50	3,80	0,40	24,30	119,00	0,00	0,06	0,00	0,55	10,00	7,00	32,50	0,55
итого:	**25-00**		**15,03**	**16,94**	**71,67**	**506,00**	**0,17**	**0,22**	**4,54**	**1,35**	**347,84**	**51,68**	**288,68**	**2,11**
обед														
Салат из кваш.капусты с рас. маслом	11-08	100	1,60	5,07	8,33	87,00	0,00	0,07	25,30	2,10	42,08	14,36	30,91	0,58
Рассольник ленинградский со сметаной	6-93	250/5	2,31	6,60	17,36	135,00	0,08	0,10	16,79	0,21	27,81	27,16	68,40	1,00
Рыба треска припущенная с соусом	22-30	60/40	16,64	7,09	3,59	169,00	0,02	0,03	1,54	1,78	42,49	28,25	194,57	0,95
Пюре картофельное	12-22	180	3,87	6,68	26,41	197,00	0,10	0,35	31,13	0,16	48,55	39,21	114,76	1,42
Компот из изюма	5-27	200/15	0,36	0,00	33,16	128,00	0,00	0,05	0,00	0,10	16,40	8,40	25,80	0,66
Хлеб ржаной/хлеб пшеничный	2-20	30/30	2,82	0,60	0,60	126,00	0,00	0,08	0,00	0,78	14,40	11,40	52,20	2,24
	60-00		**27,60**	**26,04**	**89,45**	**842,00**	**0,20**	**0,68**	**74,76**	**5,13**	**191,73**	**128,78**	**486,64**	**6,85**
полдник														
Ватрушка с творогом	9-43	75	8,46	7,34	31,9	229	0,05	0,16	0,13	0,15	53,18	13,93	105,74	0,8
Напиток лимонный	3-57	200	0,14	0,02	24,43	96	0	0,01	6,4	0,01	6,88	1,92	3,52	0,17
Мандарины св. порциями	11-00	65	0,48	0,18	4,86	24	0	0,04	22,8	0,12	21	6,6	10,2	0,06
итого:	**24-00**		**9,08**	**7,54**	**61,19**	**349,00**	**0,05**	**0,21**	**29,33**	**0,28**	**81,06**	**22,45**	**119,46**	**1,03**
всего			**51,71**	**50,52**	**222,31**	**1697,00**	**0,42**	**1,11**	**108,63**	**6,76**	**620,63**	**202,91**	**894,78**	**9,99**

Зав.производством _____ **С.П.Мартьянова**

бухгалтер _____ **В.И.Зайцева**