

Согласовано:

Директор МОУ «Якуповская ООШ»

\_\_\_\_\_ Ф.Г.Баймухаметова

**Меню на неделю ( 09.11.2020 – 13.11.2020)**

**Вторая неделя**

**Понедельник**

Наименование блюда	Выход, гр	Б.	Ж.	У.	Ккал.	Стоимость
Творож. Зап.со сгущ. мол	200/20	41,24	30,52	48	414,21	34,69
Кофейный напиток	200	1,4	2	22,4	116	4,94
Хлеб	30	2,4	0,3	14,6	73	1,6
Итого		45,04	32,82	85	603,21	41,23

**Вторник**

Наименование блюда	Выход, гр	Б.	Ж.	У.	Ккал.	Стоимость
Жаркое по домаш. с гов	200/50	34,42	9,34	27,44	331,26	49,64
Фрукт (апельсин)	185	1,9	0,4	17,4	86	38,36
Чай	200	0,2	0	14	28	1,18
хлеб	30	2,4	0,3	14,6	73	1,6
Итого		38,92	10,04	73,44	518,26	90,78

**Среда**

Наименование блюда	Выход, гр	Б.	Ж.	У.	Ккал.	Стоимость
Тефтели из рыб.с соус.	100/25	9,75	5,44	35,42	142,5	40,3
Рис отварной с овощами	180	4,05	6,588	30,546	226,26	8,99
Салат из св.помид. и	100	0,98	6,15	3,73	74,2	7,52

огурцов						
Компот из кураги вит-ный	200	0,04	0	24,76	94,2	4,88
Хлеб	30	2,4	0,3	14,6	73	1,6
итого		17,22	18,478	109,056	610,16	63,29

#### Четверг

Наименование блюда	Выход, гр	Б.	Ж.	У.	Ккал.	Стоимость
Каша гречневая	200/5	9,94	7,48	47,78	307,26	6,36
Котлета куриная с соусом	100	16,5	4,3	0,4	107	22,79
Кисель	200	1,4	0	29	122	1,49
Винегрет овощной	60	0,82	3,71	5,06	56,88	6,34
Хлеб	30	2,4	0,3	14,6	73	1,6
		21,12	8,31	49,06	358,88	38,58

#### Пятница

Наименование блюда	Выход, гр	Б.	Ж.	У.	Ккал.	Стоимость
Суп вермешелевый с птицей	250/	3,1	3,1	28,6	156,3	15,39
Фрукт (апельсин)	185	1,9	0,4	17,4	86	33,12
Чай с сахаром, лимоном	200	0,2	0	14	28	2,12
Салат из свежей капусты	100	0,84	4,62	4,84	70,01	1,84
Хлеб	30	2,4	0,3	14,6	73	1,6
Итого		8,44	8,42	79,44	413,31	54,07