Утверждаю

 директора МКОУ НШДС с.п. В-Акбаш.

----------------- Балкарова М.М.

**МЕНЮ на 07.11.2023г**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование** | **Масса****порции, гр.** | **Б** | **Ж** | **У** | **Ккал** |
| **Горячий завтрак школьников для** **7-11 лет** |  |  |  |  |  |
| 1.Тефтели мясные с соусом | 80\50 | 10,51 | 10,43 | 14,26 | 192,95 |
| 2. Каша гречневая | 150 | 6,88 | 5,95 | 14,78 | 140,19 |
| 3. Хлеб пшеничный | 60 | 4,8 | 1,8 | 30 | 155,4 |
| 4. Кисель фруктовый | 200 | 2,04 | 0 | 43,6 | 182,56 |
| 5.Яблоки | 130 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| 6. Печенье | 40 | 3,2 | 9,6 | 25,2 | 197,3 |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
| **Итого за завтрак:** | **670** | **24,23** | **18,18** | **102,64** | **671,10** |
| **Завтрак дошкольников** **от 3-х до 7-и лет** |  |  |  |  |  |
| 1.Суп молочный гречневый | 200 | 5,75 | 5,21 | 18,83 | 145,2 |
| 2.Чай с лимоном | 200 | 0,06 | 0,02 | 9,99 | 40,38 |
| 3.Бутерброд с маслом | 35 | 4,73 | 6,88 | 14,56 | 156 |
| **Итого за завтрак:** | **450** | **10,54** | **12,11** | **43,38** | **341,58** |
| **Обед дошкольников от 3-х до 7-и лет и школьников для 7-11 лет** |  |  |  |  |  |
| 1.Суп гороховый со сметаной | 200 | 1,74 | 2,27 | 11,43 | 73,2 |
| 2.Гуляш с ячневым гарниром | 70\80 | 11,648 | 10,745 | 9,408 | 180,929 |
| 3. Компот из сухофруктов | 200 | 0,83 | 3,3 | 2,44 | 13,44 |
| 4.Хлеб | 50 | 4 | 1,5 | 25 | 129,5 |
| **Итого за обед :** | **620** | **19,018** | **22,91** | **52,828** | **397,069** |
| **Полдник дошкольников от 3-х до 7-и лет и школьников для 7-11 лет** |  |  |  |  |  |
| 1.Булочка | 60 | 3,4 | 5,5 | 22 | 151,10 |
| 2.Чай с лимоном | 200 | 0 | 0 | 6,6 | 26,40 |
| **Итого за полдник :** | **260** | **3,4** | **5,5** | **28,6** | **177,5** |
| **Итого за день дошкольники :** | **1315** | **32,958** | **40,52** | **124,808** | **928,949** |
| **Итого за день школьники :** | **1645** | **47,84** | **46,99** | **197,668** | **1319,369** |

Утверждаю

 директор МКОУ НШДС с.п. В-Акбаш

----------------- Балкарова М.М.

**МЕНЮ на 14.11.2023г**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование** | **Масса****порции, гр.** | **Б** | **Ж** | **У** | **Ккал** |
| **Горячий завтрак школьников для 7-11 лет** |  |  |  |  |  |
| 1.Тефтели мясные с соусом | 80\50 | 10,51 | 10,43 | 14,26 | 192,95 |
| 2. Каша гречневая | 150 | 6,88 | 5,95 | 14,78 | 140,19 |
| 3. Хлеб пшеничный | 60 | 4,8 | 1,8 | 30 | 155,4 |
| 4. Кисель фруктовый | 200 | 2,04 | 0 | 43,6 | 182,56 |
| 5.Яблоки | 130 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| 6. Мандарин | 150 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 66,6 |
| **Итого за завтрак** | **820** | **24,23** | **18,18** | **102,64** | **671,10** |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
| **Завтрак дошкольников** **от 3-х до 7-и лет** |  |  |  |  |  |
| 1.Суп гречневый | 200 | 6,14 | 6,94 | 45,36 | 268,46 |
| 2.Чай  | 200 | 3,42 | 3,06 | 17,532 | 111,348 |
| 3.Бутерброд с маслом  | 30\5 | 2,45 | 7,55 | 14,62 | 136 |
| **Итого за завтрак:** | **435** | **12,01** | **17,55** | **77,51** | **462,51** |
| **Обед дошкольников от 3-х до 7 лет и школьников от 7 до 11 лет**  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
| 1.Суп «Домашний» | 200 | 3,87 | 4,05 | 14,076 | 108,234 |
| 2.Бефстроганов из куриного филе с пшенным гарниром | 60\80\25 | 0,83 | 3,3 | 2,44 | 13,44 |
| 3. Компот из яблок | 200 | 0,05 | 0,022 | 26,17 | 104,00 |
| 4.Хлеб | 50 | 4 | 1,5 | 25 | 129,5 |
| **Итого за обед :** | **665** | **16,75** | **13,07** | **85,24** | **592,51** |
| **Полдник дошкольников от 3-х до 7-и лет и школьников от 7до 11 лет** |  |  |  |  |  |
| 1.Ватрушка | 60 | 3,68 | 5,63 | 43,52 | 239,47 |
| 2. Чай | 200 | 3,42 | 3,06 | 17,532 | 111,348 |
| **Итого за полдник :** | **260** | **7,1** | **8,69** | **61,052** | **350,818** |
| **Итого за день дошкольники :** | **1360** | **35,36** | **39,31** | **224** | **1406** |
| **Итого за день школьники:** | **1505** | **52,2** | **66,39** | **253,322** | **1883,818** |