



Утверждаю:  
Директор МБОУ СОШ №4 пгт Афицкого  
МО Северский район  
имени четырехжды Героя Советского Союза  
маршала Г.К.Жукова  
С.Н.Семенякина

«15» сентября 2020 г.

## Меню на среду 16.09.20

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)	Стоимость
<b>для учащихся с 11 лет</b>			
Плов с мясом	200	325	35,0
Салат из капусты и моркови	80	36,9	6,4
Хлеб пшеничный	50	108	2,4
Напиток фруктовый	200	63,86	6,6
Яблоки	150	67,5	9,6
<b>Итого</b>			<b>62,1</b>
<b>Завтрак 1 – 4 класс</b>			
Салат из капусты и моркови	80	36,9	6,4
Тефтели из говядины	60	82,37	30,09
Соус сметанный	50	36,93	4,0
Каша гречневая	150	219,6	7,95
Хлеб пшеничный	40	51,20	2,0
Хлеб ржаной	25	51,20	1,3
Фруктовый чай	200	47,6	6,5
<b>Итого</b>			<b>59,05</b>
<b>Обед 1 – 4 класс</b>			
Овощи натуральные (помидор)	60	6,78	5,0
Суп с макаронами	250	106,81	5,84
Котлета(биточки) рыбные	80	120,04	16,12
Компот из фруктов	200	111,38	6,6
Хлеб пшеничный	60	141,15	3,0
Хлеб ржаной	40	81,92	2,04
Фрукты (яблоки)	160	71,04	9,6
<b>Итого</b>			<b>59,0</b>