

Утверждаю:
и о директора МБОУ ООШ №14
Рядская С.С.
От 26 апреля 2024 г

МЕНЮ
На 26 апреля 2024 г
Возрастная категория от 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена
Икра свекольная	60	1,32	4,20	9,04	71,40	7,70
Бефстроганов	90	13,68	20,79	4,61	261,00	67,49
Макаронные изделия отварные со слив. маслом	157,50	5,40	4,90	32,80	196,80	8,04
Чай с сахаром	215	0,10	0,00	13,76	55,13	1,44
Хлеб пшеничный йодирован.	20	1,10	0,18	12,00	48,02	1,24
Хлеб ржаной	20	1,00	0,22	9,00	38,00	1,32
ЗАВТРАК	562,50	22,60	30,29	81,21	670,35	87,23
Рассольник Ленинградский	200	1,61	4,07	9,58	85,80	5,56
Птица отварная	90	28,91	2,14	1,01	139,28	36,98
Рагу из овощей	150	2,75	6,70	13,62	102,45	11,28
Яблоко свежее	150	0,60	0,60	14,70	70,50	11,70
Сок яблочный промышленный	200	1,00	0,00	20,20	84,80	8,66
Хлеб пшеничный йодированный	20	1,10	0,18	12,00	48,02	1,24
Хлеб ржаной	20	1,00	0,22	9,00	38,00	1,32
Зефир	40	0,20	0,00	32,00	129,02	9,12
ОБЕД	870,00	37,17	13,91	112,11	697,87	85,86
ИТОГО	1432,5	59,77	44,20	193,32	1368,22	173,09

Повар

Бул К.В.Бурлуцкая

Утверждено:
и о директора МБОУ ООШ №14
Рядекая С.С.
От 26 апреля 2024 г.



МЕНЮ
На 26 апреля 2024 г
Возрастная категория от 12 до 18 лет

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена
Икра свекольная	100	2,20	7,00	11,30	119,00	12,83
Бефстроганов	100	15,20	23,10	5,12	290,00	74,98
Макаронные изделия отварные со слив. маслом	189	6,48	5,88	39,36	236,16	9,65
Чай с сахаром	215	0,10	0,00	13,76	55,13	1,44
Хлеб пшеничный йодирован.	25	1,38	0,23	15,00	60,03	1,55
Хлеб ржаной	25	1,25	0,28	11,25	47,50	1,65
ЗАВТРАК	654,00	26,61	36,49	95,79	807,82	102,10
Рассольник Ленинградский	250	2,02	5,09	11,98	107,25	6,95
Птица отварная	100	32,12	2,38	1,12	154,75	41,01
Рагу из овощей	180	3,30	8,04	16,34	122,94	13,54
Яблоко свежее	150	0,60	0,60	14,70	70,50	11,70
Сок яблочный промышленный	200	1,00	0,00	20,20	84,80	8,66
Хлеб пшеничный йодированный	30	1,65	0,27	18,00	72,03	1,86
Хлеб ржаной	30	1,50	0,33	13,50	57,00	1,98
Зефир	40	0,20	0,00	32,00	129,02	9,12
ОБЕД	980,00	42,27	16,47	125,50	784,19	94,82
ИТОГО	1634,00	68,88	52,96	221,29	1592,01	196,92

Повар

К.В.

К.В.Бурлуцкая