

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ № 1

Имени А.И. Гераськина

Т.А. Липаридзе

МЕНЮ

п. Перевалка

Наименование блюд

13.03.2024

№ рецептур

Выход

Б

Ж

У

ККАЛ

Завтрак - 4

Говядина в кисло сладком соусе

368

80,0

7,9

8,69

3,2

122,61

Компот из сухофруктов

537

200,0

4,08

3,54

17,58

118,52

Салат из капусты и моркови

2

100,0

0,4

0,05

0,85

5,45

Хлеб пшеничный

114

45,0

1,69

0,21

12,54

58,81

Хлеб йод

115

27,0

1,4

0,28

12,35

57,52

Каша вязкая гречневая

314

150,0

6,85

5,15

29,8

192,95

итого

565

23,82

17,93

89,12

613,06

Цена

63,07

Завтрак 5-9

Говядина в кисло сладком соусе

368

100,0

7,9

8,69

3,2

122,61

Компот из сухофруктов

537

200,0

4,08

3,54

17,58

118,52

Хлеб пшеничный

114

32,0

1,69

0,21

12,54

58,81

Хлеб ржаной

115

29,0

1,4

0,28

12,35

57,52

Салат из капусты и моркови

2

100,0

0,4

0,05

0,85

5,45

Каша вязкая гречневая

314

180,0

6,85

5,15

29,8

192,95

итого

494

22,32

17,93

76,32

555,86

Цена

53,50

Обед

Овощи соленые огурцы

112

60

0,08

4,2

0,14

66,1

Щи из свежей капусты

145

250

6,3

6,8

19,3

163,6

Птица отварная

409

200

20,5

16,4

20,4

311,2

Макаронные изделия с овощами

300

200

5,8

5

9,6

107

Хлеб пшен

114

40

2,7

0,34

20,06

94,4

Чай с сахаром

501

200

0,1

0

15

60

Молоко с трубочкой

515

200

5,8

5

9,6

106

Хлеб рж

115

25

1,4

0,32

12,4

57,5

итого

815

47,27

41,77

115,66

1073,75

Цена

55,57

Повар