



УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ №5

МБОУ

СОШ № 5

И.В.Марченко

Дата «22» сентября 2023 г.

**Ежедневное меню завтраков
МБОУ СОШ № 5**

Возрастная категория: 1- 4 класс

Прием пищи	Наименование блюда	цена	Выход блюда	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
завтрак	омлет с сыром		150	316,00	14,75	19,4	3
	помидоры		60	13,2	0,66	0,12	2,3
	чай с лимоном 200/15/7		200	62	0,13	0,02	15,2
	хлеб пшеничный		40	83,52	1,2	0,3	19,5
	хлеб ржаной		20	45,98	0,6	0,2	9,88
	печенье с сахаром		30	25,5	0,4	0,8	2,5
Итого за завтрак			560	546,20	17,74	20,84	52,38

Возрастная категория: 5- 11 класс

Прием пищи	Наименование блюда	цена	Выход блюда	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
завтрак	Овощи свежие(огурцы)		100,00	12,00	0,70	0,10	1,90
	Омлет с сыром		200,00	421,33	19,66	25,87	4,00
	Чай с лимоном		200,00	62,00	0,13	0,02	15,20
	Хлеб пшеничный		40,00	83,52	1,20	0,30	19,50
	Хлеб ржаной		25,00	57,47	0,75	0,25	12,35
	Печенье сахарное		25,00	21,25	0,33	0,66	2,08
Итого за завтрак			590	657,57	22,77	27,20	55,03