

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ №5

И.В.Марченко

Дата «22» декабря 2023 г.

**Ежедневное меню завтраков
МБОУ СОШ № 5**

Возрастная категория: 1- 4 класс

Прием пищи	Наименование блюда	цена	Выход блюда	Калорийность	Белки	Жиры	Углево ды
завтрак	Овощи (огурцы соленые)		60,0	5,0	0,4	0,05	0,05
	каша ячневая вязкая		150,0	134,3	3,2	4,2	15,8
	Гуляш		221,0	147,6	14,55	16,79	2,89
	Сок натуральный (яблочный)		200,0	84,8	1,0	0,0	15,2
	Хлеб пшеничный		50,00	104,40	1,50	0,37	24,40
	Хлеб ржаной		30,00	68,97	0,90	0,30	14,80
Итого за завтрак			590,00	618,42	21,58	21,73	73,16

Возрастная категория: 5- 11 класс

Прием пищи	Наименование блюда	цена	Выход блюда	Калорийн ость	Белки	Жиры	Углевод ы
завтрак	Овощи(огурцы соленые)		100,0	10,0	1,7	0,10	1,7
	каша ячневая вязкая		180,0	161,2	3,8	5,0	25,0
	Гуляш из говядины		100,0	164,0	13,35	14,08	3,27
	Сок натуральный (яблочный)		200,0	84,8	1,0	0,0	20,2
	Хлеб пшеничный		50,00	86,49	1,89	1,48	16,21
	Хлеб ржаной		30,00	73,50	1,35	1,17	10,50
Итого за завтрак			660,00	579,95	23,10	21,87	76,80