

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 24
Федякина Н.В.
ФИО, подпись, (М.П.)

МЕНЮ

На 10 января 2024 года

Возрастная категория от 7 до 11 лет

Завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углево-ды	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Фрукты (яблоки, персики)	100	0,4	0,4	9,8	47	13,78
Икра кабачковая пром. пр-ва	60	1,03	3,22	5,37	54,58	8,20
Омлет с сыром	120	14,34	13,54	20,4	278	50,88
Чай с лимоном 200/15/7	200	3,8	2,9	11,3	86	3,51
Хлеб пшеничный	25	1,6	0,2	12,3	57,4	2,75
Кондитерское изделие (печенье)	20	1,5	1,96	14,8	83,4	6,15
ИТОГО	525	19	29,34	59,51	582,38	85,27

Обед

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
ИТОГО						

МЕНЮ

На 10 января 2024 года

Возрастная категория от 12 и старше

Завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углево-ды	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	47	13,78
Икра кабачковая пром.пр-ва	60	1,03	3,22	5,37	54,58	8,20
Омлет с сыром	140	16,73	27,46	2,38	324,3	59,36
Чай с лимоном 200/15/7	200	0,13	0,02	15,2	62	3,51
Хлеб пшеничный	35	2,24	0,28	17,22	80,36	3,85
Кондитерское изделие (печенье сахарное)	25	1,87	2,45	18,5	104,2	7,68
ИТОГО	560	22,4	33,83	68,47	672,44	96,38

Обед

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Нарезка из соленых огурцов	100	0,8	0,1	1,7	10	10,69
Суп из овощей со сметаной	250/5	1,69	5,79	9,35	103,2	8,71
Макаронные изделия отварные	180	6,62	5,41	31,73	202,1	13,43
Биточек из говядины с соусом 100/60	160	16,76	20,04	18,3	324	80,60
Сок фруктовый	200	1	0	20,2	84,8	11,34
Хлеб пшеничный	35	2,24	0,28	17,22	80,36	3,85
Хлеб ржаной	35	1,92	0,35	16,48	76,75	4,07
ИТОГО	965	31,03	31,97	114,98	881,21	132,69

Старший повар

Чадикова Л.Ф.