

УТВЕРЖДАЮ:

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

МЕНЮ

На 30 ноября 2023 года

Возрастная категория от 7 до 11 лет

Завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углево-ды	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Салат из квашеной капусты	60	1,02	3	5,07	51,42	10,66
Плов из птицы	210	18,9	9,4	38,27	313,6	45,38
Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,8	5,17
Хлеб пшеничный	25	1,6	0,2	12,3	57,4	2,75
Хлеб ржаной	20	1,1	0,2	9,42	43,88	2,33
ИТОГО	515	23,28	12,89	97,07	599,1	66,29

Обед

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

МЕНЮ

На 30 ноября 2023 года

Возрастная категория от 12 и старше

Завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углево-ды	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Салат из квашеной капусты	60	1,02	3	5,07	51,42	10,66
Плов из птицы (цыпленок-бройлер)	250	22,52	11,18	45,56	373,3	54,02
Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,8	5,17
Хлеб пшеничный	25	1,6	0,2	12,3	57,4	2,75
Хлеб ржаной	25	1,38	0,25	11,77	54,85	2,91
ИТОГО	560	27,18	14,72	106,71	669,77	75,51

Обед

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Нарезка из свежих огурцов	100	0,7	0,1	1,9	12	17,80
Рассольник ленинградский со смет	250/5	2,11	5,89	12,17	115,2	11,46
Жаркое по-домашнему(из свинины)	230	16,16	38,77	21,79	503,3	76,8
Кисель из яблок	200	0,11	0,12	25,1	119,2	7,64
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	855	23,24	45,51	94,66	906,81	121,62

Старший повар

И.Ф. Чаплицова И.Ф.