

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 24
Федякина Н.В.

ФИО, подпись, (М.П.)

МЕНЮ

На 16 ОКТЯБРЯ 2023 года



Возрастная категория от 7 до 11 лет						
Завтрак						
Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углево-ды	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Нарезка из свежих огурцов	60	0,42	0,06	1,14	7,2	10,69
Макаронные изделия отварные	150	5,52	4,51	26,44	168,4	13,43
Котлета свино-говяжья домашняя с со-усом 90/65	155	11,5	13,77	13,53	275	63,48
Компот из сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	7,38
Хлеб ржаной	20	1,38	0,25	11,77	54,85	2,33
ИТОГО	585	19,32	18,59	72,68	586,45	97,31
Обед						
Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
ИТОГО						

МЕНЮ

На 16 ОКТЯБРЯ 2023 года

Возрастная категория от 12 и старше						
Завтрак						
Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углево-ды	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Нарезка из свежих огурцов	60	0,42	0,06	1,14	7,2	10,69
Макаронные изделия отварные	180	6,62	5,41	31,73	202,1	16,11
Котлета свино-говяжья домашняя с со-усом 90/65	155	11,5	13,77	13,53	275	63,48
Компот из сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	7,38
Хлеб ржаной	25	1,12	0,14	8,61	45,9	2,75
Хлеб пшеничный	25	1,92	0,35	16,48	76,75	2,91
ИТОГО	645	22,08	19,73	19,29	687,95	103,32
Обед						
Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Фрукты свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47	13,78
Икры свекольная	100	2,36	7,5	10,5	118,94	8,78
Суп из овощей со сметаной 250/5	255	1,69	5,79	9,35	103,2	10,42
Пюре картофельное	180	3,72	10,99	21,58	207,4	25,11
Поджарка из рыбы	100	14,89	9,08	10,57	183,1	42,22
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	1005	28,22	34,39	115,7	901,55	119,57

Старший повар Чаплицова Л.Ф.