

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБОУ СОШ № 24
Федякина Н.В.

ФИО, подпись, (М.П.)

МБОУ СОШ № 24

МЕНЮ

На 26 ДЕКАБРЯ 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 соленых помидор	60	0,66	0,12	2,28	13,1	10,69
Каша вязкая пшеничная	150	4,0	4,24	24,55	152,4	7,06
Мясо (говядина) тушеное	100	12,2	17,38	2,56	225,0	88,70
Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	100,6	14,12
Хлеб пшеничный	25	1,6	0,2	12,3	57,40	2,75
Хлеб ржаной	20	1,38	0,25	11,77	54,85	2,33
ИТОГО	555	25,74	24,76	66,88	591,28	125,65

Обед

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

МЕНЮ

На 26 ДЕКАБРЯ 2023 года

Возрастная категория от 12 и старше

Завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углево- ды	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Нарезка из соленых помидор	60	0,67	0,06	2,1	12	10,69
Каша вязкая пшеничная	180	4,8	5,09	29,46	182,9	8,47
Мясо (говядина) тушеное	120	18,24	20,86	3,07	270	106,40
Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	100,6	14,12
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	610	29,86	29,14	74,65	677,75	145,34

Обед

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Салат из белокочанной капусты	100	1,31	3,2	6,46	60,37	17,76
Суп с макарон. изд. и картофелем	250	2,56	2,78	15,69	109	7,26
Пюре картофельное	180	3,72	10,99	21,58	207,4	25,11
Рыба, туш. в томате с овощами 90/90	180	17,55	8,91	6,84	189	53,74
Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,8	5,17
Хлеб пшеничный	40	2,56	0,32	19,68	91,84	4,40
Хлеб ржаной	35	1,92	0,35	16,48	76,75	4,07
ИТОГО	985	30,28	26,64	118,74	867,16	117,51

Старший повар

Чалликова Л.Ф.