

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ № 57

Зубачева М.Ю.

**МЕНЮ**

19 ноября

2025 г.

Возрастная категория 7 - 11 лет

3 день

Наименование блюда	Масса порций	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК						
Салат из квашеной капусты	60	15,74	0,96	2,9	6,6	57
Плов из птицы	150	39,89	14,6	16,9	23,9	306
Кофейный напиток с молоком	200	14,33	3,6	2,7	28,3	151,8
Фрукты свежие (мандарины)	162	31,6	0,39	0	12,6	52
Хлеб пшеничный	20	1,6	1,52	0,16	9,84	46,88
Хлеб ржаной	20	1,52	1,32	0,24	7,92	34,16
Итого:	612	104,68	22,39	22,9	89,16	647,84
ОБЕД						
Икра кабачковая	60	11,1	1,64	0	8,79	80,28
Суп картофельный с бобовыми	200	14,51	4,9	4,4	17,8	133,6
Омлет натуральный	150	58,95	15,5	25,5	2,4	300
Чай с лимоном	200	4,32	0,2	0	16	65
Хлеб пшеничный	40	3,04	3,04	0,32	19,68	93,76
Хлеб ржаной	30	2,4	1,98	0,36	11,88	51,24
Итого:	680	94,32	27,26	30,58	76,55	723,88