

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ № 57

Зубачева М.И.

МЕНЮ

19 ноября

2025 г.

Возрастная категория от 12 лет

3 день

Наименование блюда	Масса порций	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК						
Салат из квашеной капусты	100	26,23	1,6	4,83	11	95
Плов из птицы	200	57,82	6,89	9,87	36,45	276
Кофейный напиток с молоком	200	14,33	3,6	2,7	28,3	151,8
Фрукты свежие (мандарины)	150	29,25	0,39	0	12,6	52
Хлеб пшеничный	45	3,42	1,58	0,2	9,66	47
Хлеб ржаной	35	2,8	1,32	0,24	6,68	34,8
Итого:	730	133,85	15,38	17,84	104,69	656,6
ОБЕД						
Икра кабачковая	100	18,5	2,73	10	14,64	133,8
Суп картофельный с бобовыми	250	14,62	5,49	5,27	16,54	148,3
Омлет натуральный	160	62,92	14,87	26,48	2,81	309
Чай с лимоном	200	4,32	0,2	0	16	65
Хлеб пшеничный	60	4,56	3,16	0,4	19,32	94
Хлеб ржаной	44	2,52	1,98	0,36	10,02	52,2
Итого:	814	107,44	28,43	42,51	79,33	802,2