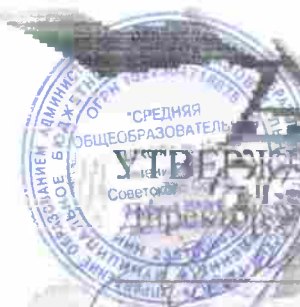


21.05.2025 г.

1-4 классы

МЕНЮ



БОУ «СОШ №1»

А. Каландарова

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
Завтрак						
Плов из птицы	185	75,86	11	10	33	282
Икра свекольная	60	11,6	1,0	0,0	14,0	111
Чай с лимоном	200	3	1	0	10	42
Хлеб пшеничный /Хлеб ржаной	50	3,67	3	1	25	116
Фрукты свежие (яблоки)	100	8,6	0,0	0,0	10,0	47
итого	595	102,73	16	11	92	598
обед						
Расстегай по-ленинградски с перловой		19,06				107
Зупник	250		2,0	5,0	12,0	
Запеканка из творога (с молоком сгущенным)	180	74,06	26,0	20,0	50,0	486,0
Сок фруктовый	200	34	1,0	1,0	25,0	104
Хлеб пшеничный	60	3,95	4,0	1,0	30,0	140
Хлеб ржаной	30	2,54	2,0	0,0	15,0	69
итого	720	133,61	35	27	132	996
полдник						
Сыра (порциями)	20	12,40	5	6	0	72
Зуп молочный с макаронными изделиями	200	18,56	7	4	14	120
Чай с сахаром	200	1,88	1	0	10	40
Хлеб пшеничный	20	1,32	1	1	10	47
итого	440	34,16	14	11	34	279
ИТОГО	1755	270,5	65	49	258	1783