

09.01.2025 г.

1-4 класс

МЕНЮ



УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ «СОШ №1»

А. А. Каландарова

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
Завтрак						
Салат из моркови	60,00	10,23	1	0	7	49,00
Шницель натуральный рубленный из говядины/картофель отварной	240,00	91,9	19	33	31	496,00
Чай с молоком	200,00	5,96	2	1	16	81,00
Печенье	20,00	2,96	2	2	14	83,00
Фрукты свежие (яблоки)	100,00	5,50	0,00	0,00	10,00	47,00
Хлеб пшеничный/хлеб ржаной	50,00	3,67	3	1	25	116,00
итого	670,00	120,22	27,00	37,00	103,00	872,00
обед						
Овощи натуральные соленные помидор	60,00	9,24	1	0	2	13,00
Борщ с капустой и картофелем	250,00	12,67	2	5	11	104,00
Мясо духовое	200,00	70,85	19	21	18	271
Кисель из сока плодового натурального	200,00	4,98	0	0	22	114,00
Хлеб пшеничный	60,00	3,95	4,0	1,0	30	140,00
Хлеб ржаной	30,00	2,54	2,0	0,0	15,0	69,00
итого	800,00	104,23	28,0	27,0	98,0	711,00
полдник						
Оладьи с молоком сгущенным	130,00	20,01	13,14	16,48	55,50	347,18
Чай с молоком	200,00	5,96	2	1	16	81,00
итого	330,000	25,97	15,14	17,48	71,50	428,18
ИТОГО	1800,00	250,42	70,14	81,48	272,50	2011,18