

21.04.2025 г.

1-4 классы

МЕНЮ



УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ «СОШ №1»

А. Каландарова

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
Завтрак	250	21,2	9	15	60	319
Каша жидкая молочная из манной крупы	50	16,36	6	8	15	144
Бутерброд с сыром и маслом сливочным	200	12,79	3	3	16	101
Кофейный напиток на молоке	50	3,67	3	1	25	116
Хлеб пшеничный /Хлеб ржаной	200	29,5	6	5	22	156
Йогурт питьевой жирность 2,5%						
итого	750	83,52	27	32	138	836
обед						
Овощи натуральные соленый огурец	60	6,93	0	0	1	7
Щи из свежей капусты с картофелем	250	17,67	2	5	8	90
Шницель мясной рубленый с маслом сливочным	90	60,16	16	32	7	384
Каша вязкая (пшеничная)	150	7,12	4	4	25	152
Компот из сухофруктов	200	3,6	1	0	32	133
Хлеб пшеничный	60	3,95	4	1	30	140
Хлеб ржаной	30	2,54	2	0	15	69
Фрукты свежие (яблоко)	100	5,5	0	0	10	47
итого	940	107,47	29	42	128	1022
полдник						
Яблоко вареное	40	18,00	10	5	1	63
Булочка	50	11,50	3	7	5	165
Молочко в упаковке тетрапак	200	27,50	12	5	9	107
итого	290	57,00	25	17	15	335
ИТОГО	1980	247,99	81	91	281	2193