

16.12.2024 г.

1-4 классы

МЕНЮ



УТВЕРЖАЮ
Директор МБОУ «СОШ №1»
Т. А. Каландарова

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
Завтрак						
Бутерброд с сыром и маслом сливочным	50,00	13,79	5,80	8,30	14,90	143,50
Каша жидкая молочная из манной крупы	250,00	16,99	8,50	15,10	59,70	318,80
Кофейный напиток на молоке	200,00	11,94	3,20	2,70	16,00	100,60
Хлеб ржаной	20,00	1,66	1,10	0,20	9,80	45,60
Хлеб пшеничный	30,00	1,93	2,00	0,30	15,10	70,60
Йогурт питьевой жирность 2,5%	200,00	26,75	5,60	5,00	22,00	156,00
итого	750,00	73,06	26,20	31,60	137,50	835,10
обед						
Овощи натуральные соленый огурец	60,00	6,60	0,42	0,06	1,14	7,20
Щи из свежей капусты с картофелем	250,00	14,64	1,80	5,00	7,90	89,80
Шницель мясной рубленный с маслом сливочным	90,00	56,59	8,30	12,10	7,20	170,50
Каша вязкая (пшеничная)	150,00	5,46	4,00	4,20	24,60	152,40
Компот из сухофруктов	200,00	3,36	0,70	0,20	32,00	132,80
Фрукты свежие (яблоко)	100,00	7,00	0,40	0,40	9,80	47,00
Хлеб пшеничный	60,00	3,85	4,10	0,50	30,10	140,30
Хлеб ржаной	30,00	2,49	1,70	0,30	14,80	69,00
итого	940,00	99,99	21,42	22,76	127,54	809,00
полдник						
яйцо вареное	40,00	13,00	10,16	4,60	0,28	63,00
Булочка	50,00	11,50	3,39	6,98	4,95	165,00
Молоко в упаковке тетрапак	200,00	25,50	11,60	5,00	9,60	107,00
итого	290,00	50,00	14,99	11,98	14,55	272,00
ИТОГО	1980,00	223,05	62,61	66,34	279,59	1916,10