

28.02.2025 г.

1-4 классы

МЕНЮ

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ «СОШ №1»

А. Каландарова

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
Завтрак						
Тефтели из говядины с соусом/ Капуста тушеная	240	58,95	9	12	23	270
Икра кабачковая	60	15,5	2	4	9	80
Чай с сахаром	200	1,88	1	0	10	40
Хлеб пшеничный/ Хлеб ржаной	50	3,67	3	1	25	116
Печенье	20	2,96	2	2	14	83
Молоко в упаковке тетрапак	200	27,5	10	6	9	106
Итого	770	110,46	27	25	90	695
обед						
Горошек зеленый, консервированный	60	22,31	2	1	4	34
Суп картофельный с крупой (перловой)	250	10,98	2	3	12	86
Шницель рыбный натуральный	90	57,14	13	14	7	205
Рагу из овощей	150	17,14	2	16	12	203
Напиток из плодов шиповника	200	9,6	0	0	17	73
Хлеб пшеничный	60	3,95	4,0	1,0	30,0	140
Хлеб ржаной	30	2,54	2,0	0,0	18,0	69
Фрукты свежие (яблоко)	100	5,5	0	0	10	47
Итого	940	129,16	25	35	110	857
полдник						
Блины с джемом	150,00	10,48	2	3	42	239
Чай с лимоном	200,00	3,0	0	0	25	62
Итого	350,00	13,48	2	3	57	301
Итого	2060,00	253,1	54	63	257	1853